



Food Preparation Machines  
Made in Sweden since 1941



# Skolmåltid

— en viktig del av lärandet





”

*Barn är vår  
framtid.*

*Skolan är en  
del av deras utveckling  
och skolmaten likaså.  
HÅLLDE har tagit fram  
råd och information kring  
matberedning av grönsaker  
som används i skolköket  
till den varma och kalla  
mat som serveras.*

*Vi vet att vi kan  
bidra med en bered-  
ning som behåller  
näring och energi...*

## Inledning

**Måltiderna i skolan ska ge den energi och näring som elever behöver för att kunna växa, utvecklas och hålla koncentrationen för att ta in kunskap. Skolmåltider infördes i Sverige för mer än 100 år sedan och har byggts på med lagstiftning om att alla skolelever ska erbjudas kostnadsfri och näringsriktig lunch i den obligatoriska skolundervisningen – unika och hållbara privilegium!**

Skolmåltidspersonal har en oerhört viktig uppgift som kan tyckas enkel - att planera, laga och servera god och näringsrik mat. Från ett annat perspektiv är det en stor utmaning. Maten som tillagas ska tilltala flera hundra, ibland flera tusen elever... Tack vare kompetent, engagerad och erfaren personal som dagligen ser till att våra nästan 1,5 miljoner elever får vällagad mat, är Sverige ett land dit blickarna vänds internationellt.

Tanken med denna folder är att inspirera, tipsa och visa hur enkelt det kan vara att bereda god, färgglad och näringsrik mat till barn och ungdomar med hjälp av HÄLLDE-maskiner.

### VÄLJ RÄTT MASKIN I KÖKET

HÄLLDEs breda produktsortiment passar väl in i både tillagningskök och mottagningskök. Valet av maskin är viktigt, dels ur ett ergonomiskt perspektiv, för att förenkla och tidseffektivera arbetet i köket, dels för att kunna bevara matens smak, färg och näringsämnen. HÄLLDEs maskiner passar utmärkt för matberedning, salladsbuffén, specialkosten, frukosten och mellanmålen inom skolmåltid.

Med mer än 80-års erfarenhet inom matberedningsbranschen har vi en gedigen kunskap då vi utvecklar och tillverkar högkvalitativa beredningsmaskiner som är både enkla att använda och att rengöra.

Vårt fokus ligger på:

- Ett brett beredningsregister
- Användarvänlig design och bästa ergonomi
- Snabb, enkel rengöring och bästa hygien
- Föredömlig säkerhet
- Stadig placering, enkel förflyttning och praktisk förvaring
- Perfekta skärresultat



*Maskinbordet är flexibelt och kan regleras i tre olika höjdlägen för att säkerställa en ergonomisk arbetshöjd.*



Alla skärverktyg är tillverkade i rostfritt stål och kan rengöras i diskmaskin.

## HÄLLDE TIPSAR OM BEREDNINGAR MED GRÖNSAKSSKÄRARE

# Skiva, tärna, räffla, strimla, riv och skär pommefrites

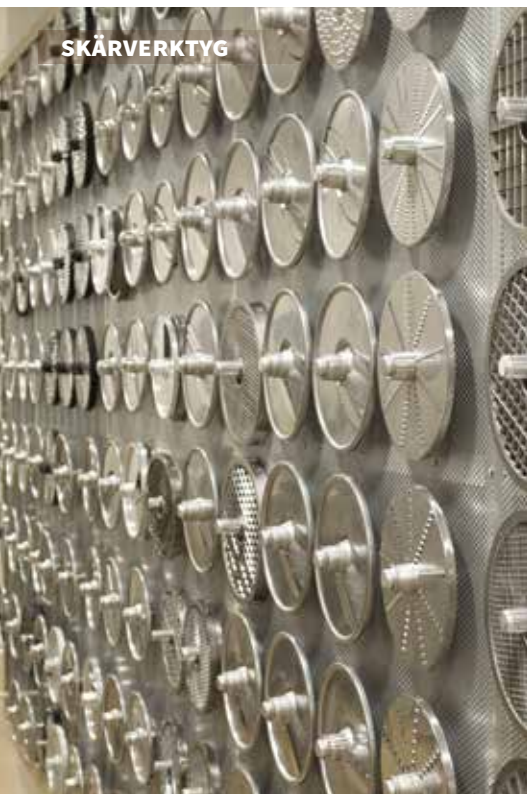
Alla HÄLLDEs Grönsaksskärare ger samma skärresultat, behovet av kapacitet är det som avgör vilken modell som passar i just ditt kök. Utbudet på skärverktyg ger upp till 70 olika snitt beroende på modell.

I tillagningskök med både servering och distribution till mottagningskök krävs utrustning med hög kapacitet både

för matberedning och för att fylla upp salladsbuffén. Det är här HÄLLDEs golvmodeller i rostfritt stål, fyller sitt syfte.

Till det mindre tillagningsköket finns ett brett utbud av Grönsaksskärare som placeras på maskinbord eller bänk.

Mottagningskök kompletterar ofta med ett eget komponerat salladsbord, där passar de mindre Grönsaksskärarna väl in.





Läs mer om HÄLLDE Grönsaksskärare



Med HÄLLDE Grönsaksskärare RG-400i och RG-300i skär du upp till 3,6 ton/timme eller 3000–5000 portioner per dag.

Till det mindre tillagningsköket och mottagningskök finns ett brett utbud av Grönsaksskärare som bereder 80–1500 portioner per dag.

Grönsaker och rotfrukter, fulla med antioxidanter, vitaminer och fibrer genererar en hälsosam livsstil – lek med färg och form och variera snitt. Strimla, räffla, skiva och riv i olika storlekar. Låt eleverna äta med alla sinnen!

## ✓ *Tips Grönsaksskärare:*

- Hela produkter håller längre än skurna – skär upp lite i taget!
- En skarp kniv på skärverktygen ökar hållbarheten på skurna råvaror - se till att alltid ha en skarp egg!
- Byt endast knivbladet istället för att köpa ett helt nytt skärverktyg när eggen blivit slö, kostnadseffektivt och hållbart!
- Grov rengör Tärningsgaller medan det sitter kvar i maskinen med en morot eller en borste innan diskmaskin - snabbt och enkelt!



” Öka andelen grönsaker i den varma måltiden genom att använda mycket råkost och tänk återanvändning vid planering av veckans meny.



Använd Trattmatare till RG-300i och RG-400i för kontinuerlig påfyllning av runda produkter - bereder upp till 60 kg/ minut.



skivad tomat



riven morot



strimlad gurka



tärnad paprika



riven ost



tärnad morot



strimlad rödbeta



räfflad gurka



skivad vitkål



skivad svamp





SALSA



PESTO/HUMMUS



STRÖBRÖD



RÖDBETSBIFGAR



Läs mer om HÄLLDE Snabbhack

## HÄLLDE TIPSAR OM BEREDNINGAR MED SNABBHACK

# Hacka, finfördela, mixa och blanda

HÄLLDEs program med Snabbhackar omfattar fem modeller med en kapacitet på 3 – 6 liter bruttovolum. Samtliga bereder både tillagade och råa livsmedel såväl som torra och vätskebaserade. Det innebär att smak, näringsinnehåll och energitäthet helt bibehålls under beredningen.

Materialvalen är gjorda med omsorg ur ett användarperspektiv - klarar både varma (upp till 115 grader) och kalla beredningar. Alla löstagbara delar kan enkelt rengöras i diskmaskin.

” Använd Snabbhacken till röror, puréer, såser, blandningar, krämer och soppor. Ju längre beredningstid desto slätare slutresultat. Hacka grovt, fint eller finfördela till mjöl av torra produkter.



Läs mer om HÄLLDE Combi Cutter

HÄLLDEs Combi Cutters är kombinerad Grönsaksskärare och Snabbhack. Du byter maskinens övre del och därmed funktion. Ett bra alternativ för det mindre köket, två maskiner i en.





hackad persilja



soppa



hackad mandel



örtsmör



puré



dressing



hackad lök

## ✓ *Tips Snabbhackar:*

- För att få en fin jämn smet, bered först de torra produkterna och tillsätt därefter vätska.
- Använd överblibna stjälkar från färska örter till röror och såser - reducera svinn.
- Smaksättning ger ofta mer smak om den steks lite innan den mixas.

” Locket är transparent så du kan följa resultatet! Det inbyggda avskraparsystemet återför det som fastnar på kärlets väggar och lock under beredning. Du behöver inte stanna maskinen och använda en slickepott. Beredningen går snabbt, smidigt och resultatet blir jämnt utan att generera värme.

HÄLLEDEs patenterade kniv, med två vändknivar som för ner varan mot skärknivarna, gör att beredningstiden kortas ner avsevärt och resultatet blir jämt.



## *Håll koll på resultatet – det går fortare än du tror!*



5 sek

10 sek

0 sek



SÅS



LOCKHÅLLARE



*Frukt, grönsaker och örter  
– spara rester och använd till  
smoothie, soppa, sås, eller  
dressing - minska svinnet!*

SOPPA



MOROTJSJUICE



LÄTT ATT TILLSÄTTA







Läs mer om HÄLLDE Blender

## HÄLLDE TIPSAR OM BEREDNINGAR MED BLENDER

# Mixa vätskebaserade beredningar

Med HÄLLDE Blender SB-4 kan du göra dressingar, såser, soppor, redningar, smoothies och fruktjuicer, kort och gott allt som är lättflytande!

Maskinen kan, med kapacitet på 1 350 watt, finfördela de hårdaste produkter till en slät och jämn beredning. Den värmåtåliga kannan bereder från 2 dl upp till 4 liter och har ett steglöst varvtal på upp till 15 000 varv/ minut och pulsfunktion.

” Den transparenta kannan, graderingen i deciliter och påfyllnadshålet i locket tillsammans med den steglösa hastigheten gör att du kan följa beredningen och slutföra den i ett enda svep!

### ✓ Tips Blender:

- Nyttja den patenterade lockhållaren – locket kan sitta kvar utan att kladda ner.
- Använd kantstötta frukter till en smoothie
- Rengör alla lösa delar i diskmaskinen
- Investera i flera kannor till maskinen så du kan göra flera beredningar parallellt.

Kanna och lock är värmåtåliga upp till 115 grader. Kannan är försedd med en 360-graders droppfri kant, vilket gör det enkelt att servera direkt i glas eller tallrikar.



dessert



näringsdryck



smoothie



juice



sås



soppa



dressing



**Salladsbordet - självservering  
minskar matsvinnet!**



## HÄLLDE TIPSAR OM SALLADSBORDET

# Färg, form och massor av näring

Det är viktigt att få in grönsaker, frukt och bär i den dagliga skolmåltiden, dels för att de innehåller mycket vitaminer och mineraler, dels för att det på sikt skapar ett fortsatt hälsosamt kostintag med goda matvanor.

Livsmedelsverket rekommenderar mer frukt och grönt till varje måltid och minst fem olika sorter på salladsbordet, innefattande tre grova grönsaker, minst en baljväxt samt en salladsgrönsak eller frukt.

Ett inbjudande näringsrikt salladsbord i bred färgskala kan varieras oändligt med grova grönsaker som rotsaker, kål och lök, salladsgrönsaker som gurka, tomat, isbergssallad och till det goda såser, rörer och dressingar.

Öka produktionen av vegetariska hållbara proteinkällor som till exempel bönor, ärtor och linser som dessutom är rika på B-vitaminer och järn.

Skapa ett miljötänk med säsongsbetonad matsedel och om möjligt ta tillvara på närodjade livsmedel, inte minst för att hålla nere transport där kylkedjan för ömtåliga produkter är resurskrävande.

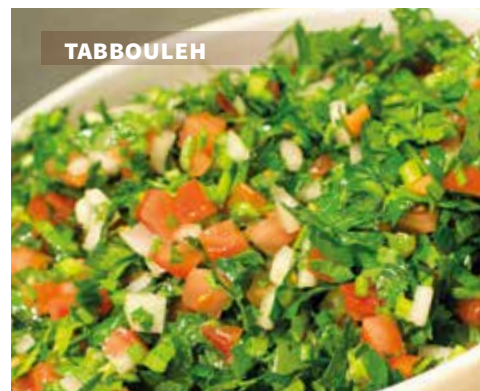
Skolan har, med hjälp av måltiderna, fantastiska möjligheter att på ett positivt och naturligt sätt främja en hälsosam livsstil från förskolan upp till och med gymnasiet.

” *Många olika färger och former gör att vi gärna äter lite mer. Variera salladsbordet till eleverna och lägg grunden för en hälsosam livsstil.*

TÄRNADE ÄPPLEN



TABBOULEH



FÄNKÅLSSALLAD



HUMMUS





Food Preparation Machines  
Made in Sweden since 1941



***HÄLLDE har tagit fram råd och tips om hur HÄLLDEs maskiner och utrustningar kan användas vid beredning i skolköken.***

***Välj råvaror utifrån smak, tillgång och säsong. Välj maskin och skärverktyg utifrån skärresultatets önskade konsistens och form.***

**Tack till:** Tobias Bentley, Köksmästare på Täby Enskilda gymnasium i Täby.

**AB Hällde Maskiner** • Box 1165, 164 26 KISTA • Tel: 08 587 730 00 • info@hallde.com • hallde.com  
BILDER Annika Lundvall, HÄLLDE samt Thinkstockphotos.com • TEXT Malin Annebäck HÄLLDE • GRAFISK PRODUKTION Annika Lundvall, HÄLLDE  
KÄLLOR Livsmedelsverket.se, Magasin Måltid #4 2021.