

Avdelningen för råd och reglering  
Enheten för hållbar livsmedelskonsumtion  
Susanna Kugelberg

2026-01-20

Dnr 2026/00484

Öppen konsultation

## Förslag till uppdaterade kostråd för äldre 65+

Livsmedelsverket har tagit fram förslag till uppdaterade kostråd till äldre 65+.

Den vetenskapliga grunden samt de avvägningar som gjorts beskrivs i rapporten ”Kostråd för att främja ett hälsosamt åldrande”.

Livsmedelsverket vill nu ge berörda myndigheter, pensionärsorganisationer, hälso- och sjukvård, företrädare för livsmedelsbranschen och andra aktörer möjlighet att ge synpunkter på de ställningstaganden och avvägningar som lett fram till råden och som beskrivs i rapporten.

I rapporten presenteras förslag till uppdaterade råd. Dessa förslag är inte formulerade eller anpassade för allmänheten, utan beskriver endast kostråden. Däremot bifogas ett exempel på anpassad text för att ge en inblick i hur sådan information kan komma att se ut, men denna är inte formgiven. Observera att exemplet inte ingår i själva remissen.

Efter remissperioden kommer vi att ta om hand de synpunkter som har kommit in. Därefter fortsätter arbetet med att utforma layout och färdigställa informationsmaterialet riktat till äldre. De färdiga kostråden planeras att presenteras under våren 2026. Samtliga remissvar diarieförs och är därmed en allmän handling. Remissvaren kan även komma att publiceras på Livsmedelsverkets webbplats.

Vid frågor om remissen, vänligen kontakta:

*Susanna Kugelberg, projektledare, [susanna.kugelberg@slv.se](mailto:susanna.kugelberg@slv.se)*

Dokumentet finns tillgängligt på Livsmedelsverkets webbplats

[Remiss - Livsmedelsverkets kostråd för äldre 65+](#)

Avdelningen för råd och reglering  
Enheten för hållbar livsmedelskonsumtion  
Susanna Kugelberg

2026-01-20

Dnr 2026/00484

Livsmedelsverket önskar synpunkter på de föreslagna riktlinjerna **senast den 3 mars 2026**.

Remissvaren bör lämnas i bearbetningsbar form (t.ex. Wordformat) per e-post till [livsmedelsverket@slv.se](mailto:livsmedelsverket@slv.se). Vänligen ange diarienummer **2026/00484** och remissinstansens namn i ämnesraden på e-postmeddelandet och i dokumentnamnet på yttrandet.

Britta Ekman  
Enhetschef, Enheten för  
hållbar livsmedelskonsumtion

Susanna Kugelberg  
Projektledare

## Bilagor

- Kostråd för att främja ett hälsosamt åldrande – Hanteringsrapport
- Exempel på konsumentanpassad text från det kommande informationsmaterialet – **Observera att denna inte ingår i remissen**