

Kostpolitik i Afdeling Stenderup Børnehave

Revideret i 2016

Indledning

Det er vigtigt for børns trivsel og helbred, at de under deres opvækst får en god og ernæringsrigtig kost.

Børnehaven har siden august 2005 haft en forældrebetalt madordning. I 2009 blev børnehavens køkken godkendt til produktionskøkken.

Det blev politisk besluttet den 1. januar 2010, at alle dagtilbud skal tilbyde et sundt frokostmåltid.

Børnehaven følger fødevarestyrelsens anbefalinger. Så vidt det er muligt, køber vi nøglehulsmærkede varer.

Børnehavens pædagogiske personale har fået faglig viden om kring sundhedsstyrelsens

generelle kostanbefalinger for børn fra 3 til 6 år ved privatpraktiserende diætist

Hanne Svendsen.

4 medarbejdere har gennemført almen fødevarehygiejne – obligatorisk certifikat på 3 dage.

Målsætning

☺ At give børnene en varieret kost med udgangspunkt i sundhedsstyrelsens anbefalinger.

☺ At udgangspunktet altid skal være, at maden er noget, der ses frem til – en nydelse.

☺ At medvirke til, at det enkelte barn udvikler fordomsfrihed over for valg af mad.

☺ At medvirke til, at vores viden om sund kost til vores børn i børnehaven bygger på facts, ikke tro, formodninger eller myter.

Måltider

Morgenmåltidet

Der serveres morgenmad fra børnehavens åbningstid frem til kl.7.30. Her tilbydes der havregryn, havregrød, cornflakes og havrefras med skummetmælk.

Formiddagsmåltid

Kl. 9.00. Frugt med boller, rugbrød eller knækbrød. Hertil serveres der vand og skummetmælk

Frokostmåltidet

Kl. 11.30. Rugbrød med kød -, fiske-, kyllinge og grønsagspålæg. 2 gange om ugen serveres varm mad eller en lun ret. Fx: kyllingelår, fisk, frikadeller, pizzasnegle, tærter, suppe, grød m.m. Til frokostmåltidet serveres der vand.

Eftermiddagsmåltidet

Kl. ca. 14.00. Frugt med boller, rugbrød, knækbrød og vand.

Børnehavens anbefaling

Mellem eftermiddagsmåltidet og aftensmad går der ofte flere timer. Er jeres barn sulten, når I kommer hjem, så tilbyd det groft brød med pålæg sammen med frugt og grønt.

Det sociale måltid

Børnene spiser i deres primærgruppe sammen med deres primærvoksne. Børnene har faste pladser ved bordet. Der bliver byttet pladser ca. 4 gange i løbet af året.

Vi lægger vægt på, at der er en hyggelig atmosfære ved bordet. Almindelig bordskik og madro bliver prioriteret højt. Børnene venter på, at de fleste er færdige, inden de går fra bordet. De børn, der spiser hurtige, skal erfare, at det også er hyggeligt at sidde og snakke, mens de andre børn bliver færdige.

Det pædagogiske måltid

Børnene skiftes om at hjælpe til med borddækning. Maden bliver sendt rundt, og børnene øser selv op. Der bliver spist med kniv og gaffel, når menuen passer til det. Uden at presse børnene forsøger vi at udvide deres madhorisont for på den måde at give mulighed for nye smagsoplevelser. Der bliver snakket med børnene om dagens menu, og hvad maden evt. indeholder.

Hygiejne

Børnene skal altid vaske hænder før, de hjælper til med borddækning. Før spising er alle børn på wc, hvorefter der bliver vasket hænder. Der er altid én eller flere personaler med, når denne aktivitet skal foregå. Børnene bliver guidet i at hoste i ærmet, når de hoster og vende sig væk fra bordet. Børnene bliver bedt om at pudse næsen, når den løber, hvorefter de skal vaske deres hænder.

Fødselsdage

Fødselsdage holdes gerne i børnehaven fra ca. kl. 9.00 til ca. kl. 10.30. Forældrene må rigtig gerne deltage i deres barns fødselsdag. Der opfordres til at servere frugt og grønt. Der må også serveres boller, kagemand, eller anden form for kage, pølsehorn, pizzasnegler eller groft brød (max 1 stk. per barn), hvis forældrene vælger det. Børnene får tilbudt vand i børnehaven. Børnehaven vil gerne være med til at sikre, at fødselsdagen bliver en god dag både socialt og sundhedsmæssigt. Aftal gerne jeres barns fødselsdag med primærpædagogen.

Samarbejde med forældrene

Vi lægger stor vægt på en åben dialog, så vi i fællesskab kan få udviklet barnets nysgerrighed over for nye "madtilbud", og at mad og måltidet er noget at se frem til. Forældrene opfordres meget til at give udtryk for, hvis de oplever madmæssige

problemer.

Børn med allergi eller anden sygdom

Hvis et barn skal tilbydes specialkost, på grund af andet end religion, skal forældrene aflevere en valid lægeerklæring. Den skal være udfyldt / attesteret af egen læge eller en anden myndighedsperson i det etablerede offentlige sundhedsvæsen.