

Kostpolitik Børnehuset Rolighed 2021

Madpolitikken er udarbejdet af personalet i børnehuset med udgangspunkt i sundhedsstyrelsens kostråd for børn i alderen 0-6 år. Efterfølgende godkendt af forældrerådet.

Pædagogiske mål:

Målene referer til læreplanstemaerne alsidig udvikling, sociale udvikling, motorisk udvikling og sproglig udvikling.

Hvad skal børnene lære:

- Hjælpe med at dække bord
- Prøve at hjælpe til med at tilberede maden
- Lærer at hælde og øse op
- Lærer at smøre selv og bruge både kniv og gaffel
- Lære at smage på forskellig slags mad
- Vente på tur
- Lytte til hinanden
- Bede andre børn om hjælp. "Vil du række mig leverpostejen"
- Hjælpe med at rydde op efterfølgende
- Vi præsenterer maden og opfordrer børnene til at smage på maden, også ukendte madvarer
- Vi taler pænt om maden

Mål for personalet:

- Vi inddrager børnene i de praktiske opgaver der er omkring måltidet
- Skabe et læringsmiljø omkring mad – at lave mad, hvor kommer maden fra og hvad sker der når man tilbereder den
- Personalet er nærværende og opmærksomme på børnene
- Personalet er anerkendende i kommunikationen
- Skaber en god stemning ved bordet
- Køkkenet byder ind med opgaver der kan være børn med til at udføre sammen med det pædagogiske personale

Maden består af:

- Overvejende danske råvarer
- Årstidens råvarer
- Økologisk mad hvor det er hensigtsmæssigt
- Mælk til morgenmad og vand resten af dagen
- Vi minimerer sukker, og finder andre alternativer
- Vi spiser groft og grønt.

Turmadpakker

I stedet for den betalte frugtordning som har kørt i flere år, gør vi følgende. Børnene har madpakke med til turdage. Børnehaven serverer i stedet for eftermiddagsmåltidet.

Det er forældrenes ansvar at sørge for at det er en god madpakke med sunde ting og ikke små indpakkede desserter og søde yoghurter.

Det er forældrenes ansvar at den er overskuelig uden for mange forskellige ting, så den er nem at håndtere for børnene.

Personalet blander sig ikke i hvad det er børnene spiser først og sidst fra madpakken

Måltider:

6.15-7.30 Morgenmad

Vi dækker bordet så det er nemt for børnene at øve sig i at blive selvhjulpne i forhold til at smøre selv, og hælde op selv. Børnene lærer at rydde op efter sig selv.

Vi serverer:

- Havregryn og cornflakes med rosiner
- Rugbrød og boller med ost og marmelade

8.30 Formiddagsmad

På stuen får man formiddagsmad. Det består af groft brød og grønt. Dette er et lille måltid, så man kan holde sig til frokosten

11.00 Frokost

Ud fra ovenstående mål for børn og personale spiser vi frokost sammen på stuerne. Vi har en ugentlig suppe/grød dag, og en dag hvor vi får fisk.

14.00 Eftermiddagsmad

Vi får groft brød, frugt og grønt. Det foregår ude eller på stuerne.

Specielt for vuggestuen:

I vuggestuen får børnene mad i forhold til alder. Vi følger de retningslinjer der er gældende for aldersgruppen ifølge sundhedsstyrelsen.

Børnefødselsdage:

I børnehaven:

Barnet må medbringe noget til stuen. Det kan være kage, boller, frugtstang, rosiner eller lignende. Der må kun medbringes 1 ting.

Man må ikke medbringe slik eller slikposer.

Børnehaven sørger for at børnene får noget at drikke til.

I vuggestuen:

Når børnene fylder 1 år skal de ikke medbringe noget.

Når børnene fylder 2 år kan de medbringe 1 ostehaps, 1 figenstang, 1 bolle, 1 pakke rosiner. Og kun 1 af tingene.

Hjemme:

Det bestemmer forældrene. Vi opfordrer til et sundt måltid.

Ingen slikposer eller legetøj med tilbage i børnehaven.

