

Mad- og måltidspolitik i Børnehaven Kolbøtten

Formål:

- ◆ Det tilstræbes at den mad der tilbydes børnene er økologisk og af god kvalitet, og lavet fra bunden af i eget køkken
- ◆ At medvirke til at børnene på længere sigt får gode spisevaner.
- ◆ Forebygge social ulighed.
- ◆ Forebygge livsstilssygdomme

Begrundelse:

- ◆ Sunde og mætte børn fungerer bedre socialt, og lærer og udvikler sig bedre.
- ◆ Det er muligt at forebygge livsstilssygdomme som kræft, hjertekarsygdomme, diabetes type 2, spiseforstyrrelser, fedme og knogleskørhed ved at spise sund mad.

Ansvaret:

- ◆ Forældre har hovedansvaret for deres børns kost.
- ◆ Børnehaverne har som pasningsordning et medansvar for børnenes ernæring og kostvaner.
- ◆ Børnehaven og kommunens kostansvarlig er ansvarlige for at etablere en konstruktiv dialog med forældrene om betydningen af, at børnene får en ernæringsmæssigt forsvarlig kost.

Rammerne for spisningen:

- ◆ Et måltid handler ikke kun om ernæring. Børnene inddrages i madlavning, borddækning og lignende. En gruppe på 3-5 børn hjælper kokken i køkkenet hver dag.
- ◆ Der serveres morgenmad i tidsrummet kl. 6.30-7.30, formiddagsmad kl. 9.00, frokost kl. 11.30, eftermiddagsmad kl. 14.00.
- ◆ Det tilstræbes at maden kan spises i en hyggelig, rolig atmosfære, som fremmer følelsen af fællesskab og glæden ved at spise.
- ◆ Måltidet skal have en social funktion. Det skal være med til at fremme børnenes bevidsthed om bordskik og betydning af god hygiejne. Måltidet fremmer ligeledes børnenes motoriske udvikling og selvstændighed.

Generelle forholdsregler:

- ◆ Det skal sikres at den mad der serveres i børnehaven følger de overordnede retningslinjer og anbefalinger for sammensætning og kvalitet.
- ◆ Vi bestræber at være miljø- og ressourcebevidste i valget af fødevarer i børnehaven.
- ◆ Vi serverer årstidernes frugt og grønt. Al frugt og grønt vaskes.
- ◆ Det skal sikres, at børnenes energibehov dækkes i det tidsrum, de er i børnehaven.
- ◆ Der må ikke serveres rå, upasteuriserede æg.
- ◆ Børnene tilbydes vand eller økologisk mælk til morgenmad. Til formiddags- og eftermiddagsmåltiderne og frokost serveres der vand. Børnenes daglige mælkebehov dækkes **ikke** i børnehaven, så en opmærksomhed på det derhjemme.

Diæter:

- ◆ Der gives kun diætkost i børnehaven efter lægeanvisning, og i tæt samarbejde med forældrene

Søde sager:

- ◆ Slik gives kun i små mængder og ved helt særlige lejligheder, f.eks. til påske og fastelavn
- ◆ På børnefødselsdage bager husets kok en bolle-kagemand/kone, som barnet er med til at pynte med glasur
- ◆ Kage og kiks serveres kun ved særlige lejligheder og forekommer således ikke dagligt i børnehaven.
- ◆ Saft serveres kun ved særlige lejligheder.

Børn fra andre kulturer:

- ◆ Maden i børnehaven tager udgangspunkt i dansk madkultur. Andre kulturers regler og traditioner skal dog altid respekteres, sådan at ingen får mad, der strider mod familiens religion eller kultur.

Hygiejne:

- ◆ For at forebygge sygdom vaskes hænder før tilberedning og spisning.
- ◆ Regler for almindelig køkkenhygiejne skal følges.

Information til forældrene:

- ◆ Forældrene orienteres om kommunens og Kolbøttens kostprincipper.

Uddannelse af personale:

- ◆ Ernæring for børn indgår i kursustilbuddet til ansatte i børnehaven.
- ◆ Kostfaglig medarbejder med relevant uddannelse er ansat i køkkenet