



Børnehuset

EVIGGLAD

**Børnehuset Evigglad kostpolitik:**

## **Forord**

Vi har en forældrebetalt madordning, som betyder, at både vuggestue og børnehavebørn får fuld forplejning.

Vi tilbereder sund og varieret kost, efter Sundhedsstyrelsens anbefalinger og bruger overvejende økologiske råvarer samt årstidens frugt og grønt.

Da maden tilberedes i eget køkken kan vi tilpasse kosten efter kulturel baggrund og børn med allergi mm.

Børnene får mælk til middagsmåltiderne og vand til øvrige måltider. Derudover er der mulighed for vand over dagen – og særligt i sommerperioden er vi opmærksom på at børnene får vand.

**Alle børn skal medbringe egne drikkedunke med navn.**

Køkkenet ligger madplan ind i Family for en måned af gangen. Med forbehold for løbende ændringer.

## **Morgenmad for alle børn**

Det er vigtigt at børnene får et morgenmåltid, der giver en god mæthedfølelse og energi til at klare dagen.

De børn der møder ind mellem kl. 06.00-07.00 får tilbudt et sundt morgenmåltid i form af havregryn, havregrød, cornflakes eller rugbrød.

## **”Frugtordning”**

Der serveres formiddag og eftermiddag et varieret mellemmåltid f.eks. frugt, grønt, ”skemad” og brød.

## **Middagsmåltid**

Der serveres varmt måltid 4 ud af 5 dage i huset. Derudover laves der madpakker til ture ud af huset.

Der er en ”smøre-selv-dag” i ugen.

Ugen består af en ”kød-fri-dag”, en ”fiske-dag” samt serveres fisk til smør-selv-dag og to valgfrie dage for køkkenet.

## **Fødselsdag**

Der fejres fødselsdag med flag, sang og gave på stuerne.

Der holdes fødselsdag i huset den sidste fredag i måneden, for de børn, der har haft fødselsdag den pågældende måned. Her laver køkkenet kage til hele huset. Børnene har medbestemmelse i kagevalget, sammen med køkkenpersonalet.

## **Når børn stopper i huset**

Når et barn stopper i huset, må det medbringe noget der kan deles ud enten til gruppen eller huset efter aftale med gruppens personale eller den pædagogiske ledelse.

## **Særlige hensyn**

Hvis der er et barn der skal tages særlig hensyn til kostmæssigt skal dette siges til køkkenpersonalet.

Der skal vises respekt for kulturelle og religiøse forskrifter.

I det daglige tilrettelægges maden, så der tages højde for, om der er børn, som f.eks. ikke må spise svinekød p.g.a. kulturelle eller religiøse forskrifter.

Det er forældrenes ansvar at gøre opmærksom på, om der skal tages højde for kulturelle eller religiøse forskrifter.

Er dit barn allergisk overfor visse madvare, må i medbringe en lægeattest på, hvad barnet ikke kan tåle. Maden vil blive tilberedt derefter. Er allergikosten omfattende eller dyr, må vi enkelte tilfælde bede jer forældre om selv at medbringe maden, eller der opkræves merpris.

## **Børnene inddrages**

Børnene bør, i det omfang det er rimeligt og sikkerhedsmæssigt forsvarligt, inddrages i madlavning, borddækning og arbejdet før og efter måltidet.

Når vuggestuebørnene skal spise, skiftes de til at gå med i køkkenet efter rullevoغن med service og mad. Barnet deler derefter kopper og tallerkener rundt.

Børnene hjælper til daglig med klargøring af vogn og borddækning.

Børnehavebørnene gemmer det mad, de ikke har spist i køleskabet, så det eventuelt kan spises senere.

Børnene i hele huset hjælper til med at rydde op på stuen før og efter måltidet.

## **Det gode måltid**

Maden serveres i sådanne omgivelser og på en sådan måde, at lysten til at spise fremmes mest muligt. Spisetidspunkterne kan være fleksible.

På børnestuerne er der ryddet op før måltiderne. Alle børnene sidder samlet ved hovedparten af måltiderne og der ligger vægt på det sociale omkring måltidet. Der er i alle børnehavegrupperne også mulighed for, at børnene spiser i små grupper.

I vuggestuegrupperne serveres måltidet anrettet på talkerner. Der serveres vand og letmælk i små kander til den varme mad.

Børn, der sover om formiddagen, får tilbudt mad, når det passer ind i deres rytme.

I børnehaven pakker børnene selv madpakken ud. Personalet hjælper, hvis børnene har behov for det. Børnene tilbydes minimælk og vand til madpakken.

Børnene bestemmer selv rækkefølgen, og hvor meget de vil spise. De hælder selv drikkevarer op.

## **Sukkerpolitik**

Ved særlige/ festlige lejligheder vil der blive serveret kage, saft, is o.l. indeholdende sukker.

