

# Børnegårdens Kost- og Måltidspolitik



## Børnegårdens kostpolitik

### Formål

Formålet med en kostpolitik i Børnegården er at sætte fokus på sund ernæring/levevis for institutionens børn og ansatte.

Kostpolitikken fungerer tillige som en egenkontrol, der sikrer, at Børnegården lever op til kommunens og Sundhedsstyrelsens retningslinier for gode og sunde kostvaner hos børn i aldersgruppen 2 til 6 år.

Børnegårdens mad politik har endvidere som formål at informere forældre og ansatte om institutionens holdning til sund levevis.

Kostpolitikken sikrer mulighed for evaluering af kostområdet i forbindelse med den årlige kvalitetsrapport for institutionen.



Udarbejdet af Børnegårdens kostudvalg bestående af madmor, forældre og personale.

## Kost og Børnegården

I Børnegården har vi siden september 2006 haft en forældrebetalt, pædagogisk madordning, der varetages af en ernæringsassistent. Til madordningen lægges et antal timer fra normeringen.

### Med kostpolitikken søger vi at sikre:

**Kost i overensstemmelse med nationale anbefalinger**

**Sunde kost-/måltidsvaner**

**Øget bevidsthed hos børnene om sundt/usundt**

**Sociale/fysiske aspekter/relationer omkring måltidet**

**Madkultur/mad & kultur**

**Hygiejne**

**Mad og natur (Solvognen)**

Råvarerne til kosten i Børnegården leveres dagligt af lokale leverandører. Vi søger så vidt muligt at tilberede årstidens friske råvarer.

Vi lægger vægt på **hjemmebagt brød, frisk frugt og grønt** hver dag.

Vi bestræber os på at købe **økologiske produkter** i det omfang det kan lade sig gøre.

Vi serverer **økologisk skummetmælk**.

Vi tilstræber at tage udgangspunkt i **dansk madtradition**.

**Forældrekendskab** og revision.

Børnegårdens kostpolitik er tilgængelig på institutionens hjemmeside.

Den udleveres endvidere til forældre med **nye børn** i institutionen.

Kostpolitikken præsenteres årligt på forældremøde.



Bestyrelsens kostudvalg holder sig løbende orienteret om området sund kost i Børnegården, og foretager revision årligt i samråd med vores ernæringsassistent.

En ugentlig madplan lægges på Børnegårdens hjemmeside samt på opslagstavler i huset, så forældrene har mulighed for at følge med i menuen og børnenes aktiviteter i forbindelse hermed.



## Måltidspolitik i Børnegården

Ud over kostpolitikken har Børnegården udarbejdet en måltidspolitik. Med denne søger vi at sætte fokus på det vigtige aspekt, at:

**Der vaskes hænder inden måltidet**

**Måltidet indtages i en tryk /rolig atmosfære**

**Den gode omgangstone vægtes højt**

**Bordskik**

**Der fortælles historier, læse op, tales om aktuelle ting**

**De store/førskolebørnene spiser sammen, og spiser med kniv og gaffel**

**Børnene oplever ”fra jord til bord” via deltagelse i madlavningen**

**Børnene inddrages i tilberedningen af maden via:**

**”Åbent køkken”:** Madens tilberedning sanses, (se, røre, dufte).

**”Dagens kok”:** Børnene hjælper på skift med at lave mad.

**”Bord dæk dig”:** Børnene dækker selv bord/tager af bordet på de enkelte grupper.

**”Smør selv dag”:** De store børn smører selv mad en gang ugentlig.

**”Naturlig mad”:** Bålmad/andet i forbindelse med ture ud i naturen med Solvognen.



**Med børnenes inddragelse i madlavningen videreformidles viden, indsigt og færdigheder omkring den sunde kost.**

## Måltiderne i Børnegården:

- Morgenmad:** Havregryn/cornflakes, mælk/vand.  
**Der bruges ikke sukker!**
- Formiddag:** Hjemmebagte grov-/fuldkornsboller m. smør, ost, marmelade, frugt – vand/mælk. Frugtfadet bliver stående fremme til ”sultne sjæle”.
- Frokost:** 2 gange om ugen, rugbrød med pålæg. 2 gange om ugen lun ret med pastasalat/rugbrød/kartofler/pitabrød/flute. 1 gang om ugen suppe, grød pizza m.m. Hver dag serveres gnavegrønt og salatbar. Til maden drikkes mælk og vand.
- Eftermiddag:** Hjemmebagt brød, rugbrød, frugt/grønt, vand. Torsdag får vi også kage. Resterne bliver ligeledes stående fremme til ”sultne sjæle”.
- I juli serveres der ikke mad i Børnegården, her medbringes der madpakker.**

## Solvognen



Måltiderne i Solvognen følger en mere ”fri” tidsplan.

I Solvognen serveres ligeledes hjemmebagt brød, frugt/grønt, gnavegrønt. Der er altid rugbrødsmadder med, og af og til pizzasnegle/pølsehorn m.m.

Der laves også bålmad som suppe, pandekager, gryderetter, snobrød, m.m.

## Fødselsdage & fester



I Børnegården finder vi det vigtigt at markere, at en fest er lidt ud over det sædvanlige. Vi ser dog gerne en sund indgangsvinkel til festmåltidet.

Erfaringsmæssigt kan vi sige, at forældrene er godt præget af Børnegårdens holdning til kosten.

Vi opfordrer til, at der ikke laves slikposer til at tage med hjem.

### Særlige hensyn

I børnegården følger alle børn den vedtagne kostplan. Der tages dog hensyn til børn med særlig sygdomsrelaterede krav til kosten for eksempel allergi eller diabetes.

Børn med anden trosretning og særlige krav til kosten tager vi højde for i samråd med forældrene.

### Kostudvalget

Kostudvalget består af forældre fra bestyrelsen, ernæringsassistenten samt en fra personalet.

Forældrebestyrelsen kostudvalg 19.09.2009

