

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 alderen 0 – 6 år.

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

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. Desuden har vi en medhjælper på 30 timer i køkkenet.

Med kostpolitikken søger vi at sikre:

Kost i overensstemmelse med nationale anbefalinger

Sunde kost-/måltidsvaner

Øget bevidsthed hos børnene om sundt/usundt

Hygiejne

Mad og natur (Solvognen)

Gode bordvaner

De voksne spiser sammen med børnene og den samme mad

De voksne betaler i lighed med børnene for maden

Råvarerne leveres 3 gange om ugen 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 råvarer i det omfang det kan lade sig gøre.

Vi serverer økologisk skummetmælk.

På forældremødet i oktober hvert andet år revurderes madordningen.

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

Børnegården måltidspolitik

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 og rolig atmosfære

Den gode omgangstone vægtes højt

Bordskik

Der fortælles historier og der tales om aktuelle ting

Børnene får et vist kendskab til "fra jord til bord" princippet via deltagelse i maden.

Børnene inddrages i 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 bord og tager af bordet.
- "Naturlig mad" : Bålmad i forbindelse med ud i naturen med Solvognen.

Børnegårdens måltider

- Morgenmad : Havregryn, Rugknas og cornflakes.
Der bruges ikke sukker.
- Formiddag : Rugbrød/ grovbrød m. smør, ost, frugt, vand og mælk.
Frugtfadet
Bliver stående fremme til "sultne sjæle".
- Frokost : Mandag og fredag serveres rugbrød med div. pålæg.
Tirsdag, onsdag og torsdag serveres lune retter. Menuen kan ses på grupperne og på Børneintra.
Til maden drikkes mælk og vand.
- Eftermiddag : Grovbrød/rugbrød/knækbrød, frugt og grønt. Vi drikker vand.

Fødselsdage og fester



I Børnegården finder vi det vigtigt at markere, at en fest er lidt udover 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.

Særlige hensyn

I Børnegården følger alle børn den vedtagne kostplan. Der tages dog hensyn til børn med særlig sygdomsrelaterede krav til kosten f. eks allergi eller diabetes.

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