

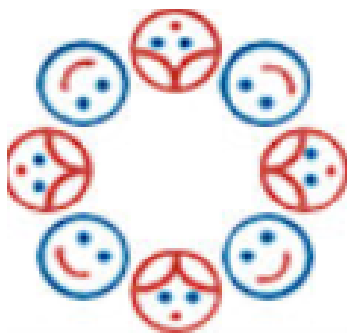
Den private institution

Nældebjerg børnegård

Pileås 22

2670 Greve

43 90 10 59



MAD OG MÅLTIDS POLITIK 2017

Godkendt af bestyrelsen april 2017.

Forord.

I Nældebjerg Børnegård har vi valgt at have en mad og måltidspolitik. Dette har vi, da vi synes, at maden er en betydningsfuld del af livet og hverdagen. Børnene tilbringer mange timer hver dag i dagtilbuddet og spiser flere af dagens måltider sammen med personalet. Derfor har det stor betydning, at børnene får en sund og varieret mad både i vuggestuen og børnehaven. Det er ligeledes af stor betydning, at der er en rar stemning omkring bordet., så børnene får lyst til at spise. Det styrker børnenes vækst og trivsel, og er med til at grundlægge gode mad og måltidsvaner. Ved at sætte fokus på sund mad og en god atmosfære omkring måltiderne, får børnene samtidig mulighed for at styrke flere sider af deres udvikling såsom at nyde, sanse, smage, sige til og fra, være sammen med andre og gøre noget i fællesskab.

Måltidet er en pædagogisk aktivitet, så i Nældebjerg spiser personalet sammen med børnene. I børnehaven spiser personalet deres egen madpakke og i vuggestuen spiser personalet samme mad som børnene, og derved opnår vi et fællesskab. De voksne er gode rollemodeller, og børnene ser de voksne smage på maden og får derved også lyst. I vuggestuen bliver maden serveret i små skåle/fade, og de børn som kan øser selv op.

Små børn har brug for mange små måltider, blandt andet fordi deres appetit kan svinge meget i løbet af dagen. Nogle børn er mest sultne om formiddagen, andre har mest appetit senere på dagen. Derfor serverer vi mindst 4 varierede måltider hver dag, så børnene kan spise sig mætte, når appetitten er der. Maden i vuggestuen er tilpasset barnets alder og spiseevne. Den er varieret, og i alle måltider indgår mad fra forskellige fødevarergrupper. Der tages hensyn til særlige ønsker, f.eks. for børn med anden etnisk baggrund eller børn med behov for specialkost. (efter anvisning fra læge)

Alle måltider anses for værende lige betydningsfulde

Vi læner os op af Greve kommunes mad og måltidspolitik.



Mad og måltidspolitik for vuggestueafdelingen:

Økologi og danske produkter.

Vi har det økologiske spisemærke i sølv, og køber bevidst produkter som er nøglehuls og fuldkornsmærket. Dette gør vi af hensyn til børnenes sundhed, idet der kan være giftrester i konventionelt producerede varer. Endvidere spiser, drikker og indånder børn mere pr. kilo legemsvægt end voksne, hvilket gør dem mere udsatte. Derfor mener vi, at det er vigtigt, at vi beskytter dem og altid har en holdning til deres sundhed. Derudover mener vi, at det er vigtigt at tage hensyn til miljøet.

Vi køber fortrinsvis danske produkter frem for importerede varer. Det betyder, at vi et langt stykke af vejen eksempelvis anvender det frugt og grønt, der hører årstiden til. Det betyder samtidig, at børnene oplever årstidernes vekslen igennem måltiderne.

Fordeling af måltider i vuggestuen:

Morgenmad fra 6.45-7.30:

Morgenmaden består af havregrød eller øllebrød med hjemmelavet æblemos. der kan også vælges cornflakes, havregryn eller rugbrød med ost. Dertil serveres mælk og vand.

Formiddagsmad fra 8.30-9.00:

Her tilbydes rugbrødshaps, lidt frugt eller grønt samt en tår vand. Om sommeren serveres hjemmelavet koldskål 1 formiddag om ugen.

Frokost fra 10.45-11.15:

Frokosten varieres hen over ugens dage. Om vinteren serveres 4 varme måltider som skifter mellem grøntsagssuppe, grød, kød og en fiskedag. Den sidste dag er en rugbrødsdag. Om sommeren er der derimod 2 rugbrøddage, så vi kan komme på ture med madpakker.

Eftermiddagsmad fra 13.45 til alle er færdige:

Der tilbydes hjemmebagt brød eller rugbrød med pålæg samt årstidens frugt og grønt. Om vinteren tilbydes frugtgrød 1 eftermiddag om ugen.

Sen eftermiddagsmad fra 16.15-16.30:

Her får vi en lille rugbrødshaps og et glas vand.

Mad og måltidspolitik for børnehaveafdelingen:

Fordeling af måltider i børnehaven:

Morgenmad fra 6.45-7.30:

Morgenmaden består af havregrød eller øllebrød med hjemmelavet æblemos. der kan også vælges cornflakes, havregryn eller rugbrød med ost. Dertil serveres mælk og vand.

Formiddagsmad kl 9.30:

Børnehaven giver en rugbrødshaps.

Frokost fra 11.20-12.00:

Her spises den medbragte madpakke. Vi anbefaler at madpakken indeholder både brød, grønt og frugt. Vi vil dog opfordre til, at tilbehøret (ostehaps, salami-snacks, figenstænger, rosinpakker, kiks og lign) begrænses, da børnene ellers ikke får spist sig ordentligt mætte.

Eftermiddagsmad fra 14.15-14.45:

Her spises den medbragte eftermiddagsmad. Vi anbefaler noget brød, samt grønt og lidt frugt, så børnene bliver tanket op med god energi til resten af børnehavedagen.



EN SUND MADPAKKE

-  Grønt - gnavegrønt, salat eller pålæg
-  Brød - helst rugbrød eller groft brød
-  Pålæg - kød, ost eller æg
-  Fisk - mindst en slags fiskepålæg
-  Frugt - det friske og søde

Højtider og traditioner:

I Nældebjerg følger vi årets traditioner. Vi spiser en bolle med frugtfyld til fastelavn, laver påskefrokost, har en fælles jordbærdag om sommeren, og spiser julemiddag i december.

Fødselsdage i Nældebjerg:

Til fødselsdage, som holdes her i institutionen, må der kun serveres sund mad. F.eks. frugt og boller. Glasur, slik og andet sukkerholdigt vil ikke blive delt ud!

Vi kommer gerne med forslag og gode ideer til madpakken, og selvfølgelig også til fødselsdags snacks. Bare kom og spørg.

Vi vil gerne fremstå som en sund og sukkerfri institution, da vi ved, at mange forældre vil begrænse deres barns indtag af søde sager. Derfor skal der være garanti for, at ingen børn får serveret sukker når de er i Nældebjerg Børnegård. Hverken til børnefødselsdage eller andre sociale arrangementer, som foregår i institutionen. Dog vil Mona i køkkenet bruge økologisk rørsukker i maden, når det skønnes nødvendigt.

Mange sunde hilsner fra ledelse og personale i Nældebjerg Børnegård



