

Område Midt

Mad og måltidspolitik



Overordnet mad og måltidspolitik for område Midt

Måltidet er en vigtig del af hverdagen i et dagtilbud. Dagtilbuddet arbejder med måltidet som et pædagogisk læringsmiljø på lige fod med andre læringsmiljøer i dagtilbuddet.

Kosten har betydning for børns trivsel og velvære, hvor børnene skal opleve glæden ved at spise god mad. Kosten skal give barnet en oplevelse af velvære og hvad der er godt for kroppen og derved på længere sigt fastholde en positiv oplevelse af mad. Kosten er ligeledes med til at sætte fokus på madkultur, mangfoldighed og fællesskab.

Formål:

Mad og måltidpolitikken skal i et samspil med forældrene, fremme sunde kostvaner. Formålet er desuden at sikre en sund, velsmagende og varieret kost, der giver børnene glæde ved at spise og får overskud til deltagelse i hverdagens aktiviteter og derved opnå optimal læring. Vi ønsker desuden at skabe dialog og debat omkring kost, så børnene opnår kendskab til en alsidig, velsmagende og varieret kost og bliver motiveret til at udfordre sig selv og sine smagsløg. Det er derfor vores mål at:

- Børnene oplever glæde ved at indtage måltidet i fællesskab med sine venner.
- Børnene får dækket deres energibehov via en sund, velsmagende og alsidig kost jævnfør Fødearestyrelsen gældende kostråd.
- Lære børnene gode kostvaner samtidig med at børnene motiveres til at smage forskellige fødevarer.
- Gennem sund kost at udvikle børnene motorisk, mentalt og socialt
- Styrke børns fællesskaber gennem fælles madoplevelser
- Atmosfæren omkring måltidet er rolig, hyggelig og afslappet.
- Personalet er rollemodeller og viser hvordan kulturen om måltidet skal være.
- Børnene får indarbejdet gode hygiejniske vaner.

Principper:

Med afsæt i denne overordnede mad- og måltidspolitik, udarbejder de enkelte dagtilbud i samarbejde med forældrekontaktudvalgene, deltaljerede retningslinjer for mad og måltider.

Børnene inddrages lejlighedsvis i tilberedningen af maden, hvad enten det er bagning, hjælp til grøntsager eller bålmad. I tilberedning af maden anvendes økologiske råvarer under hensyn til økonomien, samt Køge kommunes målsætning om 60-90 % økologi i kosten.

Mad og måltidspolitik

Vi lægger stor vægt på årstidens frugt og grøntsager, samt danske råvarer. Maden skal være velsmagende og se lækker og indbydende ud. Kosten skal tilpasses børnenes alder.

Børn der pga. religion eller allergi ikke kan spise det samme som de øvrige børn, tager vi et særligt hensyn til og har et tæt samarbejde med forældrene om hvordan vi kan imødekomme barnets behov for anden kost.

Der kræves lægeattest hvis barnet har allergi.

Sundhedsstyrelsen fraråder veganerkost til børn under 2 år.

Det sociale og måltidssituation:

Vi vægter vigtigheden af at have fast struktur og rutiner ved måltidet. Ved at gøre det samme hver dag, er vi med til at gøre børnene madmodige så de tør prøve noget nyt. Personalet er rollemodeller, der motiverer og deltager i spisningen. De smager, viser og taler om de forskellige smagsnuancer og konsistens, mens finmotorikken og sanserne stimuleres.

Personalets kendskab til børnene gør, at de kan arbejde på en positiv atmosfære og tilskynde madmod. Ved måltidet øves børnenes selvhjulpenhed ved at dække bord, rydde af at spise selv, bruge bestik, og hælde op. Personalet er opmærksom på dialogen ved bordet, og den gentagne præsentation af noget anderledes og udfordrende støtter op om madmod.

Mellemmåltid:

Mellemmåltidet som ligeledes tilbydes i dagtilbuddet, er også en vigtig del af børnenes ernæring og skal bestå af sunde og mættende råvarer.

Fødselsdage:

Vi lægger vægt på, at dagen er noget særligt, og at barnet bliver fejret med de traditioner, der er aftalt i de enkelte dagtilbud.

Vi ønsker at Fødevarestyrelsens anbefalinger også er gældende, når der er fødselsdag, såvel i dagtilbuddet som ved hjemmebesøg.

Få evt. inspiration til noget sundt på www.frugtfest.dk eller spørg i dit barns dagtilbud.

Traditioner/højtider

Til Påske og i december måned holder vi påske og julefrokost, hvor der bliver hygget ekstra om maden og måltidet hvor der bliver dækket fint op.

Til fastelavn får vi fastelavnsboller og slår katten af tønden, hvor der er sunde snacks indeni.

