



Kostpolitik for Dagtilbud Nord



Kostpolitikken i Dagtilbud Nord tager udgangspunkt i Skanderborg kommunes kostpolitik for dagtilbudsområdet, samt Fødevarestyrelsen anbefalinger om de [10 Kostråd](#)



Overordnede mål med kostpolitikken

- At få mætte, glade og madmodige børn, der gennem sund og varieret kost, opnår de bedste betingelser for at udvikle sig motorisk, sprogligt, mentalt og socialt
- At børnene bliver præsenteret for – og får smag for en bred variation af madvarer. Både gennem traditionelle danske retter og gennem mere moderne og multikulturelle retter
- At bidrage til børnenes udvikling af gode spise- og bordvaner, ved at skabe gode måltidsrammer, og ved at medarbejderne har en måltidspædagogik, der er kendt for alle voksne i alle huse.

Måltidspædagogik

Børnene sidder oftest i mindre grupper og spiser sammen med en fast voksen. Faste og gode måltidsrammer skabes i en rar atmosfære med ro, genkendelighed og gode voksne rollemodeller, og bidrager til børnenes måltidsmod og nysgerrighed.

Måltidet betragtes som en pædagogisk aktivitet, hvor der arbejdes meget med børnenes selvhjulpenhed igennem både deltagelse i praktiske opgaver omkring måltidet, samt pædagogisk støtte under måltidet.

Kostpolitikken i praksis

- Børnene skal tilbydes sunde, varierede og ernæringsrigtige måltider
- Børnene præsenteres for, og udfordres, med nye retter, lige såvel som de også vil opleve genkendelighed i børnehusenes menuplaner
- Børnene tilbydes morgenmad, formiddagsmad, frokost og eftermiddagsmad i løbet af en institutionsdag. Dette både for at sikre et stabilt blodsukker, samt for at sikre et optimalt energiindtag. Børn i institutionen efter kl. 16, tilbydes derfor et yderligere eftermiddagsmåltid hvis de er sultne
- Personalet spiser sammen med børnene, både for at være de gode rollemodeller, der går forrest, når der skal smages på noget nyt, men også fordi børnene og de voksne er del af det samme fællesskab
- Der tilbydes mælk til morgenmaden. Til frokost, og imellem måltiderne, tilbydes der vand (der er kun mælk en gang om dagen til vuggestuebørnene (1 dl) – børnehavebørnene får vand). Undersøg kostrådene

Børns maver kan ikke indeholde tilstrækkelig mad, til at dække deres daglige energibehov, hvis de kun tilbydes mad 3 gange om dagen. Derfor er mellemmåltiderne vigtige for barnet.

Vi tilstræber at anvende økologiske basisvarer som mælk, mel, havregryn, gulerødder m.m. derudover så meget som budgettet, udbud og kvalitet giver mulighed for. Vi foretrækker at anvende danske varer, hvor det er muligt.

- Vi bestræber os på at have bæredygtigt køkkendrift med mindre brug af plastemballage og vi anvender flere bælgrugter
- Vi bestræber os på, at have så meget økologi som muligt i alle huse.



Dagens måltider

Morgenmad

Der tilbydes morgenmad i alle huse

Formiddagsmad

Det kan f.eks. bestå af brød, frugt og grønt

Frokostmåltid

Der serveres et sundt og varieret måltid -

Menu er tilgængelig på Aula

Eftermiddagsmad

Brød + årstidens frugt og grønt

Sukkerpolitik

Den mængde sukker børnene tilbydes i institutionen holdes på et minimum, og begrænses derfor til særlige lejligheder.

Særlige aftaler vedrørende børn med behov for specialkost

Alle særlige kostbehov, skal aftales med den daglige leder i institutionen, samt køkkenpersonalet. Generelt hedder det sig, at:

- Børn, på baggrund af religion, tilbydes et alternativ.
- Børn med milde allergener, tilbydes et alternativ, såfremt der foreligger dokumentation fra lægefagligt personale herom.
- Børn med livstruende allergener kan i nogle tilfælde tilbydes alternativer, men det bør overvejes om barnet bør fritages kostordningen, og selv medbringe mad. Dette beslattes individuelt i samarbejde med forældrene.
- Vegansk kost anbefales ikke af sundhedsstyrelsen, og da vi følger deres anbefalinger for ernæring til børn, kan vi ikke tilbyde vegansk kost. (Der skal en klinisk diætist til at energiberegne, og derfor vælger vi ikke at tilbyde det)