



Børnehaven Mejsevej, Mejsevej 1A, 9600 Aars, 9966 8976

Kostpolitik for Børnehaven Mejsevej.

Vesthimmerlands kommune har udarbejdet en overordnet kostpolitik for børn i alderen 0 – 6 år.

Formålet med at have en overordnet kostpolitik, er at sikre den ernæringsmæssige kvalitet af den mad, børnene tilbydes i dagtilbud.

Der er 9 punkter i den overordnede kostpolitik.

1. Kosten bør leve op til sundhedsmyndighedernes anbefalinger for kost til børn.
2. Børnenes energi- og væskebehov skal dækkes i det tidsrum, de er i dagtilbud.
3. Maden skal passe til barnets udvikling og alder.
4. Valg af fødevarer.
5. Diætkost skal være lægeligt begrundet.
6. Mad, der serveres i dagtilbuddene, tager udgangspunkt i dansk kulturtradition.
7. Børnene inddrages i aktiviteter omkring måltidet.
8. Børnenes måltider giver grobund for et godt socialt samvær og fællesskab.
9. Formidling og information.

Ud fra Vesthimmerlands kommunes overordnede kostpolitik har forældre og personale udarbejdet følgende kostpolitik for Børnehaven Mejsevej.

I Børnehaven Mejsevej går vi ind for at børnene får en sund og varieret kost. Kosten er vigtig for børnenes læringsevne. Vi ønsker at gøre børnene nysgerrige og åbne overfor nye madvarer/retter.

Vi vil medvirke til at måltidet bliver en god oplevelse i et inkluderende fællesskab.

Vi vil sikre os at alle børn har mulighed for at få så god kost som muligt i løbet af dagen, så vi sikrer os at de har energi nok til at lære nyt, indgå i fællesskabet og koncentrere sig i kortere og længere perioder i løbet af en hel dag.

Vi tror på at vores børn har nogle ansvarsfulde og velinformerede forældre, der sender det med i deres børns madpakker som de har brug for igennem en børnehavedag.



VESTHIMMERLANDS
KOMMUNE

- lyst til at gøre en forskel

I forhold til vores kostpolitik har vi gjort os nogle overvejelser og har lavet nogle retningslinjer, der er gældende for, hvordan vi som voksne forholder os til børn i daginstitution og kost.

- Vi drikker vand til måltiderne og i løbet af dagen
- Der er mælk til morgenmad
- Der tilbydes havregryn og havregrød til morgenmad. Hvis I ønsker andet til jeres barn, medbringes dette.
- Vi forventer at I som forældre selv kan vurdere hvad jeres barn har brug for i løbet af en dag. Vi kontakter de enkelte forældre, hvis vi har en bekymring omkring maden.
- Vedr. frugt / brød til formiddag og eftermiddag.
Det er en god ide at I som forældre sørger for, at der både er frugt og brød til formiddag og eftermiddag.

I forhold til sukker er vi ikke en nul sukker institution, men vi vil begrænse indtagelsen af sukker, og vil gerne at I som forældre bakker op om dette.

- Når vi har maddage, sikrer vi os at vi holder os til sundhedsstyrelsens angivelser for sund kost.
- Vi kan vælge at give børnene is en varm sommerdag, hvor det er med til at sikre børnenes væskeindtag, dette går forud for sukkerindholdet.

Kosten i børnehaven skal:

- dække børnenes behov for energi og ernæring
- være indbydende og serveres i tilpassede mængder
- spises under hyggelige rammer og med tilpas god tid, fordi det giver børnene en positiv oplevelse
- begrænse forbruget af slik, kager, kiks og sukkerholdige mælkeprodukter.

Vi har nogle pædagogiske overvejelser omkring måltider i vores institution.

- Måltiderne skal være hyggelige, nærværende og give tid til samtale, altså et samlingspunkt i hyggelig atmosfære.
- Vi er opmærksomme og respekterer at børnene spiser i forskellige tempo, og at de har god tid til at spise.
- At børnene bliver siddende mens de spiser.
- Opfordre til alm. bordskik
- Vi opfordrer børnene til at smage på den mad, der er i madpakken.
- At hygge er ikke indbegrebet af at lave noget der kan spises. Vi kan godt se film uden popcorn eller lave bål uden snobrød.

Det er den voksnes opgave og ansvar at støtte børnene i at være så selvhjulpne som muligt. Det øves f.eks. ved maddag. Dvs. til selv at øse op og tage fra fadene. Til daglig er det at hjælpe med borddækning osv.

Det er ligeledes den voksnes opgave og ansvar, at være anerkendende og skabe en positiv stemning. Vi voksne er modeller for børnene.

Ca. 1 gang om mdr. er der maddag.

Formålet med at have maddage, er at være med til at give børnene sunde og alsidige spisevaner og inddrage børnene i tilberedning af maden, borddækning osv.

Børnenes fødselsdage skal selvfølgelig fejres, og man er velkommen til at tage noget med til at dele ud.

Vi holder mange fødselsdage i løbet af året og set i forhold til børnenes sundhed er det ikke ligegyldigt, hvad det er man medbringer, til fejring af dagen.

Aftal fødselsdagen i god tid med personalet, så vi sammen kan planlægge dagen og hvad det er barnet medbringer.

Der må medbringes 1 ting til uddeling. Det er vigtigt at I som forældre hjælper hinanden med at overholde denne aftale, da børnenes ønsker ofte er mange og gerne vil have alt det med som andre børn tidligere har medbragt.

Vi dækker bord og synger fødselsdagssang.

Som forældre er I meget velkomne til at deltage i fødselsdagen.

Vi mener, at målet med fødselsdagen er at bringe barnet i centrum og at dette ikke nødvendigvis hænger sammen med, hvilken mad der bliver serveret.

Borddækning med særlige paptallerkner, servietter o.a. anser barnet også for en festlighed, så derfor må sådanne ting gerne medbringes.

- Forældre må gerne bage kage, det kan også være boller, pølsehorn, pizzasnegle, pandekager, frugtspyd eller lign. Vi henstiller til max et stk. pr. barn.
- Vi forventer at forældrene overvejer sukkerindholdet i det de tager med.
-

Forældrene ønsker ikke et kommunalt sundt frokostmåltid til alle børn fra 2022.

Forældrebestyrelsen traf beslutning om dette i april 2021 på bestyrelsesmøde.