

## Kostpolitik for Dragen udarbejdet d. 12. juli 2023

### Skanderborg kommunes vision for kostpolitikken på daginstitutionsområdet:

- Alle børn har ret til sunde og ernæringsrigtige måltider i løbet af dagen.
- Alle børn har ret til et sukkerfrit daginstitutionsliv.

### Skanderborg kommunes målsætninger:

- At sikre at de nationale retningslinjer for sund kost følges.
- At sikre at der er de rette tilbud til de rette personer
- At sikre gode rammer for indtagelse af måltider, der sikrer socialt samvær og fællesskab.
- At sikre udbredelsen af kostpolitikens budskaber

### Daginstitutionsområdet målsætninger:

- At der etableres sunde og ernæringsrigtige måltider i alle daginstitutioner.
- At der, i alle daginstitutioner er mulighed for pædagogiske måltider, f.eks. samtalen ved måltidet, holdninger til bordskik eller det at forberede et måltid sammen med barnet.
- At daginstitutionerne sikrer rammer for indtagelse af maden, bl.a. skal der afsættes tid nok til spisning, så maden kan indtages i en rolig atmosfære, hvorved børnene vil opleve måltidet som noget selvfølgeligt og værdifuldt at samles om.
- I daginstitutionerne fastsættes principper for, ved hvilke lejligheder børnene har mulighed for at spise slik eller kage og drikke saftvand i daginstitutionerne.
- At forældrene får vejledning i andre måder at fejre fødselsdage på end med slik, kage og saftvand.

### Dagtilbud Skanderborg By målsætninger:

- At der fortrinsvis anvendes økologiske råvarer og at det foretrækkes at maden tilberedes fra bunden.
- At maden er en del af den pædagogiske hverdag, hvor børnene inddrages i de praktiske gøremål der er forbundne med måltiderne.
- Børnene får en viden om sund kost og lærer gode og sunde kostvaner.
- At måltidet prioriteres som en del af pædagogikken og af barnets dannelse proces.
- Der tages højde for etniske og sundhedsmæssige forskelligheder. Så frem der er behov for at ændre råvarer, serveres måltidet med samme høje standard.

### Måltidspolitik i Dragen

Hvert andet år vælger forældrene, at de i form af en forældrebetaling gerne vil tilbydes at deres børn deltager i et sundt frokostmåltid i Børnehuset Dragen. For at maden i Dragen

kan produceres i eget køkken, har personalet og bestyrelsen valgt at prioritere midler fra det øvrige budget til en kosteneansvarlig.

### **Bæredygtighed - Prioriteres ved at:**

Reducere madspild, ved at bruge rester af grøntsager og bælgfrugter i gryderetter, farsbrød samt frikadeller. Rester af grød bruges til at bage boller og suppe kan bruges til at bage madbrød. Rodfrugter spises med skæl, når det er muligt, hvis de skrælles, bruges skralden i brød.

### **Måltidet er en del af det pædagogiske arbejde i børnehuset.**

Dette gøres ved:

Børnene inddrages aktivt i måltidet og personalet taler positivt om den mad der serveres. Når børnene spiser, skal det foregå i en rolig og hyggelig atmosfære, så måltidet bliver en positiv oplevelse for børnene. De voksne sætter rammen om spisningen, så også børn, der spiser langsomt, får en god oplevelse. Der øves selvhjulpenhed når vi spiser sammen, samt at vi venter på hinanden, sender maden rundt og taler stille og roligt med hinanden.

Børnene har mulighed for at være med til at bestemme menuen i samarbejde med den kosteneansvarlige. Pædagoger og børn hjælper med at skælle grøntsager og kartofler. Der laves også vegetarisk frokost over bål, som børnehavestuerne skiftes til at stå for. På den måde vil børn lære om råvarer og have mere lyst til at smage på tingene og det bliver også en del af deres hverdagsaktiviteter. Personalet spiser sammen med børnene og fungerer derved som rollemodeller.

Børnefødselsdage fejrer vi i Dragen og vi tager også gerne hjem til barnet: Så derfor:

- Det måltid vi spiser til en børnefødselsdag skal gerne afspejle det måltid barnet skulle have haft.

Pædagogerne på stuen vil gerne vejlede jer i hvilket måltid I kan medbringe eller servere i hjemmet til børnefødselsdagen. Alt efter hvilket måltid det skal erstattes kunne det være følgende ideer.

Eks på fødselsdags mad; Formiddagsmad kan være frugtspyd, kagemand/kone af grovboller, ved frokost grov pizzasnegle / grove pølsebrød med grønt/frugt, og ved eftermiddagsmad, frugtkage / frugt brød. Boller, frugt og grønt kan skæres og pyntes på sjove måder.

## Retningslinjer for måltider

Langt størstedelen af frugter, grønt, mejeriprodukter, mel, brød samt kød og pålæg er økologisk. Vi har økologisk sølvmærke.

Vi tager hensyn til børn, der har særlige behov i forhold til kosten.

Der serveres morgenmad, formiddagsmad, frokost, samt eftermiddagsmad, hvor menuen er bygget op efter fødevarestyrelsens principper i daginstitutioner.

### Morgenmad:

Grød, havregryn, groft brød, smørbar, skæreost, hjemmelavet marmelade, frugt, vand og mælk.

### Formiddagsmad:

Frugt og grønt til børnehavebørnene. Grønt og brød til vuggestuebørnene, samt grød ved behov. Vand og mælk.

### Frokost:

En varieret kost, med både f.eks. grønsager, fisk, eller bælgfrugter. Menuplanen ligges på Aula, hvor der også jævnligt ligges billeder ud af dagens menu.

### Eftermiddagsmad:

Grønsager, frugt, brød og gerne bælgfrugter.

Er der spørgsmål til råvare eller menu, er man meget velkommen til at tage kontakt til den kosteneansvarlige.