

Mad- og Måltidspolitik

Børn skal have energi til at lege og lære. I løbet af de timer som børn tilbringer i daginstitution, skal de have sund mad og drikke, der giver dem god energi til alt der spændende en dagligdag kan indeholde.

På baggrund af Glostrups kommunes Mad og Måltidspolitik, har Engtoften udarbejdet, i samarbejde med forældrebestyrelsen, en lokal **Mad og måltidspolitik**. Kostpolitikken bliver revideret ca. en gang om året.

Maden skal være sund

Engtoften har Fødevarestyrelsens økologiske SØLV mærke, hvilket betyder at der er 60-90 % økologi i vores mad.

Vi lever op til Sundhedsstyrelsens og Fødevarestyrelsens anbefalinger til småbørn vedr. de måltid vi serverer. www.altomkost.dk

Den mad vi tilbyder, tager afsæt i en dansk madkultur, hvor der indgår forskellige kødtyper heriblandt svinekød. Maden er sund og ernæringsmæssigt fornuftig sammensat i forhold til børnenes behov. Måltidet skal gerne stimulere børnenes smag, duft, syn, og følesans.

Frokosten kan bestå af suppe evt. grød, rugbrød, vegetarretter og kød - og fiskeretter. Til frokost drikker vi vand.

Børn under et år giver vi modernælkserstatning og kernefri rugbrød.

Madplanen kan ses på Tabulex og den hænger også ved hoveddøren.

Forældre kan fravælge kød generelt eller enkelte typer af kød for deres barn. Ønsker forældre at fravælge yderlige fødevarer for deres barn, skal der forelægges en lægeerklæring.

Som en del af kerneydelsen får vuggebørn serveret frokost og alle børn får tilbudt formiddags - og eftermiddagsmad.

I Engtoften har forældre til børnehavebørnene tilkøbt frokostordning i 2017 - 2019.

Vuggebørn får serveret frugt til eftermiddag. Børnehavebørnene skal **selv medbringe** frugt til eftermiddag. Vi tilbyder altid brød til frugtmåltidet, så barnet bliver mæt. Til eftermiddagsmad drikker vi mælk. Vi anbefaler at den medbragte frugt er i en overskuelig mængde og ikke indeholder sukkerholdige produkter.

Vi bestræber os på, at alle vore mælkeprodukter er økologiske. Vi serverer årstidens frugt og grønt, helst dansk og om muligt økologisk. Vi bager selv brød til eftermiddagsmaden. Vores øvrige indkøb er fornuftige, økonomiske og velovervejede.

Rammer for måltidet

Hos os handler måltidet ikke kun om det ernæringsmæssige, men i høj grad også om det sociale samvær i forbindelse med måltidet.

Ved forberedelsen til måltidet hjælper de største af børnene og de voksne hinanden med at dække rullebordene med kopper, tallerkner, madkasser og mælk.

Vi lægger vægt på, at selve måltidet forløber i en fredelig atmosfære, så børnene får ro og tid til at spise sin mad og med mulighed for dialog børnene og de voksne imellem.

Vi lægger også vægt på almindelige bordskik, som f.eks. ikke at proppe munden med mad, øve sig i at holde på en mad, *selv hælde vand* op og blive siddende ved bordet, til man er færdig med at spise osv.

For alle vores børn lægger vi i spisesituationen vægt på tæt voksen / barn kontakt, og har derfor inddelt børnene i mindre grupper, hvor den voksne kan tilgodese det enkelte barn og støtte barnet i

indlæring af færdigheder, som f.eks. at spise selv, at hælde op og at øse op.

Morgenmad

De børn der møder tidlig om morgenen og som har behov for det kan få morgenmad. Til morgenmaden serverer vi havregryn og havregrød. Der er også mulighed for brød.

Morgenmaden foregår samlet i fællesrummet. De børn der ikke skal have morgenmad hygger sig med os andre eller afleveres i en gruppe.

Der er morgenmad i tidsrummet **Mandag kl. 7.00 - 8.00 og tirsdag – fredag kl. 6.30 - 7.30**

Det er vigtigt at børnene kommer i god tid inden morgenmaden er slut og det forventes at forældrene giver en hånd med i servering til børnene.

Væske

Det er vigtigt, at børnene får nok at drikke. Derfor har vi altid kander på legepladsen i sommerperioden, ligesom de har adgang til krus og vand inden døre hele året. Der er således let adgang til at drikke vand.

Vi drikker kun saftevand ved særlige lejligheder.

Slik og andet usundt

Der spises ikke slik og kager i hverdagen. Men vi er heller ikke fanatiske, for vi kan rigtig godt lide at hygge os indimellem. Fx kan vi godt slutte en projektperiode med en fællessamling og lidt popcorn og til jul kan der godt deles en pebernød m.m. ud i ny og næ

Men vi er meget bevidst om, at det kun er i begrænset omfang og ved helt særlige lejligheder.

Dit barns fødselsdag

Vi kan godt lide fødselsdage – det er en fest, og det skal fejres. Vi er mange børn, og derfor har vi mange fester, både i institutionen og hjemme hos børnene.

Personale og forældrebestyrelse ønsker, at børnene kan fejre alle fødselsdagene uden at få for meget sukker på lang sigt, og vi vil derfor gerne opfordre til, at der i videst mulig omfang serveres almindelig, sund mad og max én usund ting fx en kage, is eller flødebolle.

Der skal selvfølgelig være forskel på en fødselsdag og en almindelig dag – men vi beder jer forældre respektere ikke at servere en hel uges kalorier på en enkelt formiddag.

Fødselsdage kan holdes forskelligt. Vi kan holde en hyggelig fest på barnets stue eller I kan vælge at inviterer stuen hjem til fødselsdag. I sidste tilfælde kan I vælge at lave mad til børnene ellers tager vi madpakker med.

Når vi skal til hjemmefødselsdag, så husk at spørge på stuen om der er børn med særlige madvaner der skal tages hensyn til. I skal heller ikke have lækkerier vi kan få med på hjemturen.

Mangler I inspiration til børnefødselsdagen, er personalet altid klar til at videregive de gode erfaringer vi har med sunde børnefødselsdage. Der kan også hentes gode idéer på nedenstående hjemmesider:

www.altomkost.dk

Fleksibel madordning

D. 4.6.2010 vedtog Folketinget en ændring i dagtilbudsloven omkring sund mad i dagtilbud. Med lov om fleksibel frokostordning, (L212§16a og b samt §17) blev det vedtaget, at alle børn i 0 – 6 års dagtilbud skal have tilbud om et sundt frokostmåltid som en tilkøbsmulighed.

Der skal tages beslutning om fleksibel frokost hvert andet år for børnehavebørnene. Bestyrelsen i Engtoften har valgt at lade det være en flertalsbeslutning om der skal indføres fleksibel frokost i forældregruppen. Den seneste afstemning (december 2016) blev et **ja** til tilbuddet.

Næste afstemning er efterår 2018.

Vil du læse mere om ordningen tryk på nedenstående link

<http://www.glostrup.dk/~media/Børne-%20og%20Kulturforvaltningen/Daginstitutionsafdelingen/Fleksibel%20Frokostordning/Retningslinier%20til%20forældre%20omkring%20valg%20af%20fleksibel%20frokostordning%20nov%202010.ashx>

Marts 2017