

Mad og måltidspolitik for Børnehuset Solstrålen Nord og Syd

Januar 2011

I børnehuset solstrålen har vi en køkkendame ansat i 32 timer. Hun har gennemført et hygiejnekursus og udøver egenkontrol. Dertil bruges skemaer, som udfyldes dagligt. Hun laver mad til 96 børn. Endvidere har vi en køkkenmedhjælper ansat 15 timer ugl, hvis primære opgave er at anrette frokost til vores afdeling i solstrålen syd. Indkøb er økologisk i det omfang, vores økonomi tillader det. I solstrålen bliver børnene tilbudt frokost samt friskbagt brød om eftermiddagen, gerne bagt af forskellige melsorter, og med kerner. Dertil et stk. frugt, som de selv har medbragt.

Menuen varierer fra uge til uge, dog med det grundlæggende princip, at børnene i løbet af en uge får rugbrød, en vegetarret, kød og fisk.

Vi respekterer, at børn kan tilhøre en anden religion eller kultur end den danske og dette gør vi også med hensyn til den mad, vi serverer.

Ved allergi eller overfølsomhed vil vi også hjælpe, dog vil vi have dokumentation for dette fra en læge.

For at sikre at børn får væske nok, tilbydes de altid vand/mælk til måltiderne. Derudover er der mulighed for at tage vand på stuerne, hvor børnene har hver deres krus. På legepladsen har vi store vanddunke, og plastik krus, så børnene kan drikke.

I solstrålen har vi fundet det nødvendig at have en sukkerpolitik. Dette betyder, at vi ikke tillader slik til fødselsdage, men opfordrer til kage eller boller. I børnehaven bager børnene selv kage med et par venner og en voksen. Hvis børnene skal have saftvand, opfordrer vi forældrene til at medbringe saftvand uden tilsætningsstoffer.

Grunden til sunde madvaner lægges i barndommen og derfor har vi i solstrålen et stort ansvar for, hvad og ikke mindst, hvordan vi serverer et måltid for børnene. Personalet er vigtige rollemodeller. Kosten har en afgørende betydning for hele barnets udvikling. Sund mad er grundlaget for, at børnene får energi til at møde de udfordringer, som dagen byder, både socialt, følelsesmæssigt, intellektuelt og motorisk. Et godt måltid handler om mere end sund kost, det handler også om sociale relationer og omgangsformer. Hvordan er vi sammen om at spise. Vi har prioriteret dette punkt i vores læreplaner.

Før et måltid vasker alle børn og voksne hænder. Børnehavebørn dækker bord og har faste pladser. I vuggestuen er børnene med nede i køkkenet og hente mad. I vuggestuen sidder børnene ved små borde. Dette er et bevidst valg, eftersom vi finder det vigtigt at børnene lærer selv at sætte sig til

bordet og ligeledes rejse sig. Maden bliver serveret i glasskåle eller fade så børnene kan se, hvilken mad der bliver serveret. De fleste børn øser selv op. Vi blander ikke maden på tallerknen. Måltidet hos solstrålen er en vigtig social oplevelse. Vi taler med børnene om, hvordan maden smager, hvad dagen er gået med af aktiviteter. Børnene lærer at lytte, vente til det er deres tur samt vente på at de fleste børn bliver færdige. Efter måltidet stiller børnehavebørn deres kop og tallerken op på rullebordet, i vuggestuen går børnene ud med deres hagesmæk.