

BØRNEHUSETS KOSTPOLITIK OG MÅLTIDSPÆDAGOGIK

I Børnehuset Villavej er vi bevidste om, hvor stor betydning kosten har for børnenes trivsel og velbefindende. Vi prioriterer måltidet som en vigtig pædagogisk aktivitet med centrale værdier, hvor børnene udvikler sociale, motoriske og kognitive færdigheder.

I Børnehuset Villavej har forældrebestyrelsen besluttet, at børnehavebørnene har madpakker med hjemmefra, da det har stor pædagogisk værdi og skaber sammenhæng mellem hjem og børnehave. Se forældrebestyrelsens beslutning.

I Børnehuset Villavej har vi udarbejdet en Kostpolitik samt beskrevet vores Måltidspædagogik.



Kostpolitik

Vi følger de overordnede retningslinjer fra Fødevarestyrelsen og Sundhedsstyrelsen.

I vuggestuen er der fuldkostordning.

Kosten i vuggestuen tilberedes i overensstemmelse med børnenes alder, energibehov og motoriske udvikling.

Kostplanen i vuggestuen udarbejdes af vores køkkenleder Merete Stensbjerg.

Kostplanerne er synlige og tilgængelige for forældrene på opslagstavlen ved børnestuerne, i køkkenet samt på Aula.

Der tilbydes havrefras og havregryn som morgenmad indtil kl. 7.15. Der tilsættes ikke sukker.

Klokken ca. 8.30 tilbydes vuggestuebørnene rugbrød/knækbrød med smør, frugt samt vand.

Middagsmåltidet spises ca. kl. 10.30.

Eftermiddagsmåltidet spises ved 14-tiden.

Ca. kl. 16 tilbydes de sidste vuggestuebørn lidt eftermiddags"snack".

Børnene får vand eller letmælk at drikke til måltiderne.

Alle børn har drikkedunke med hjemmefra med vand, som er tilgængelig for dem hele dagen både ude og inde.

I børnehaven har børnene madpakker med til frokost og eftermiddagsmad.

Børnehavebørnenes medbragte madpakke og eftermiddagsmåltid skal dække deres energibehov i det tidsrum, de er i børnehave.

Det er forældrenes ansvar at sørge for en varieret og ernæringsrig kost. Vi giver gerne vejledning, forslag mm. til madpakkens indhold, og vi går i dialog med forældrene, hvis der er behov for det i forhold til barnets trivsel og madpakkens indhold.

Der tilbydes havrefras og havregryn som morgenmad fra kl. 7.00-7.30. Der tilsættes ikke sukker.

Ca. kl. 9.00 tilbydes børnene frugt og rugbrød/knækbrød.

Madpakkerne spises ca. kl. 11.00.

Eftermiddagsmåltidet spises ved 14-tiden.

I løbet af eftermiddagen har børnene mulighed for at spise resten af deres madpakke. Børnene får vand eller minimælk at drikke til måltiderne. Alle børn har drikkedunke med hjemmefra med vand, som er tilgængelig for dem hele dagen både ude og inde.

Special- og diætkost skal være lægelig begrundet. Helt specielle fødemidler eller diæter medbringes som udgangspunkt af forældrene.

For at tilgodese børn med specielle kostbehov søger personalet vejledning hos forældrene, sundhedsplejersken eller lægerne. Special- og diætkost tilrettelægges i dialog med forældrene.

Respekt for kulturelle og religiøse hensyn.

Vi tager hensyn til børns kulturelle og religiøse kosthensyn i vores daglige madplanlægning.

Det er forældrenes ansvar at informere os, hvis der skal tages særlige hensyn til deres barns kost samt at skrive kosthensynet i barnets stamkort på Aula under "Har barnet særlige kosthensyn?"

Det er stuens ansvar, at det øvrige personale informeres om special- og diætkost til et barn.

Børnene hjælper med både forberedelse og oprydning før og efter måltiderne.

Vuggestuebørnene skiftes til at hente rullevoغن med service og mad fra køkkenet. De deler koppe og tallerkener rundt til de andre børn.

Børnehalebørnene hjælper med at gøre klar og dække bord. De deltager i madlavningen på deres maddage.

Hvis børnehalebørnene ikke spiser al deres mad i madpakken, gemmer de den i køleskabet, så den kan spises senere eller sendes med hjem.

Måltider i trygge og hyggelige omgivelser.

Vi skaber en rar og afslappet stemning omkring måltiderne for at give børnene lyst til at spise.

Inden måltiderne er stuerne ryddet op, og børnene sidder i mindre grupper for at fremme det sociale fællesskab.

I vuggestuen serveres maden i skåle ved hvert bord, så børnene kan se, hvad der er og selv tage mad. Til den varme mad serveres vand og letmælk i små kander. Børn, der sover om formiddagen, får mad, når det passer ind i deres rytme.

I børnehaven pakker børnene selv deres madpakke ud. Personalet hjælper, hvis der er behov for det. Børnene vælger selv, i hvilken rækkefølge de vil spise deres mad, og hvor meget de vil have at spise. De øver sig i selv at hælde drikkevarer op.

Bordskik, hygiejne og individuelle behov omkring måltiderne.

Børnene sidder ved bordet, mens der spises, indtil flere børn er færdige. Der snakkes roligt sammen. Der ligges vægt på almindelige normer og bordskik omkring måltiderne. Hygiejnen tilgodeses ved, at bordene vaskes af før og efter, vi spiser, samt børn og voksne vasker hænder.

Personalet respekterer barnets eget behov og motiverer respektfuldt i forhold til barnets selvbestemmelse.

Vuggestuebørnene får hagesmæk på efter behov.

I vuggestuen tørres gulvene over efter middagsmåltidet.

De individuelle behov tilgodeses f.eks. ved, at personalet ikke vækker børnene for, at de skal spise.

Fødselsdage og festlige lejligheder i Børnehuset.

Børnenes fødselsdage fejres med flag, sang og gave.

Børnene må medbringe "et eller andet" til at dele ud til stuens børn og voksne denne dag. Her skal mængden af sødt begrænses. Snak med personalet om mængden, og hvad det evt. kan være.

Fødselsdagen slutter "ved bordet". Det vil sige, at der ikke gemmes noget til senere eller til at sende med børnene hjem.

Ved fødselsdage, enten i Børnehuset eller hjemme hos et andet barn, skal forældre i samarbejde med personalet kontakte værtsfamilien for at aftale eventuelle hensyn. Hvis der kun serveres mad, barnet ikke må spise, skal forældrene selv sende en passende alternativ madpakke med.

Når man inviterer til fødselsdag i Børnehuset eller derhjemme, opfordrer vi til, at man spørger på stuen, om der er noget, man skal tage højde for.

Når børnene flytter stue i børnehaven eller rejser fra Børnehuset, vil de fleste også gerne markere dagen. Hvis der er flere børn, der rejser samme dag, opfordrer vi til, at forældrene kan gå sammen om at tage noget med.

I vuggestuen giver Børnehuset en pakke rosiner som markering af afslutning.

Vil man, som forældre ud over fødselsdag og afsked, sende noget med sit barn til uddeling, skal det fortrinsvis være frugt eller grovboller. Dette kan aftales med stuens personale.

Ved festlige lejligheder som Sommerkaffe, Børnehusets fødselsdag og adventshygge bydes der på f.eks. is, vafler, æbleskiver, pandekager og evt. saft.

Jul, påske og Børnehusets fødselsdag fejres med frokost / festmiddag og måske is til dessert.

Fastelavn, heldags-udflugter og aktiviteter omkring bålet kan indeholde "lidt sødt".



Måltidspædagogik

Måltidet er en daglig rutine, hvor det pædagogiske læringsmiljø skal give børnene mulighed for at trives, lære, udvikle sig og dannes. Måltidet skal tilrettelægges, så det inddrager hensynet til børnenes perspektiv og deltagelse, børnefællesskabet, børnegruppens sammensætning og børnenes forskellige forudsætninger.

Måltidet er en vigtig pædagogisk aktivitet med fokus på vores værdier og pædagogiske mål **tryghed, fællesskab og udvikling** og med centrale værdier, hvor børnene udvikler sociale, motoriske og kognitive færdigheder.

Måltidet er en social begivenhed, hvor børnene oplever samhørighed og fællesskab. De lærer bl.a. at tage hensyn til hinanden, vente på tur og deltage i samtaler. Ved at inddrage børnene i borddækning, servering og oprydning styrkes deres ansvarsfølelse og deltagelse i fællesskabet.

Måltidet giver mulighed for at udvikle sociale normer og omgangsformer såsom at lytte til hinanden, sige "tak for mad" og have gode bordvaner. Det er også en anledning til at lære at udtrykke sig høfligt og respektfuldt i samtaler.

Måltidet kan understøtte læring inden for sprog, matematik og naturvidenskab. Børn kan lære om fødevarernes udseende, oprindelse, mængder, farver og smage. Samtaler under måltidet kan stimulere ordforråd, refleksion og kritisk tænkning.

Måltidet kan skabe sunde madvaner og give børn positive oplevelser med mad. Børnene kan lære om ernæring og kropsbevidsthed f.eks., hvordan føles det, når maven er sulten eller mæt? Hvad er godt at spise for, at man føler sig mæt? En tryk og rolig atmosfære omkring måltidet understøtter deres velvære og appetit.

Måltidet er en god anledning til at lære børn om bæredygtighed, madspild og ansvarlig brug af ressourcer bl.a. ved, at vi ikke smider mad ud, men gemmer det i madpakken til senere. Derudover kan måltidet være en måde at introducere børnene til forskellige madkulturer, traditioner og smagsoplevelser ved at snakke om, hvad børnene har med i madpakken.

I praksis handler vores måltidspædagogik om at inddrage børnene aktivt i måltidet – både før, under og efter.

De voksne skal være rollemodeller ved at være **nærværende, inkluderende og motiverende**.

Før måltidet

- Vi inddrager børnene i forberedelsen ved at lade dem hjælpe med at dække bord, hente (mad)vogn.
- Vi snakker om maden f.eks. "Hvad skal vi spise i dag? Hvad mon du har i madpakken? Hvor kommer maden fra? Hvordan dufter, smager og føles den?"
- Vi skaber en rolig stemning ved at lave små ritualer før måltidet, f.eks. samling, en sang, et rim eller et kort øjeblik til at finde ro.

Under måltidet

- Vi inviterer til fællesskab og dialog ved at sidde i øjenhøjde, være nærværende og bruger måltidet som en mulighed for samtale og læring.
- Vi lader børnene selv tage deres mad for at styrke deres selvhjulpenhed, deres motoriske færdigheder og madmod.
- Vi udforsker sanserne ved at tale om smag, farver og konsistens, f.eks. "Hvad smager sødt, surt eller salt?"
- Vi skaber en rolig og hyggelig stemning og forsøger at undgå at skynde på børnene, så de får tid og ro til at nyde maden.

Efter måltidet

- Børnene hjælper med oprydning f.eks. aftørre borde, stille service og madkasser på plads, sortere affald, feje.
- Vi motiverer børnene til at evaluere og reflektere over måltidet ved at snakke om "Hvad var lækkert? Hvad var nyt? Hvordan føltes det at smage noget ukendt?" osv.

lkast den 17.11.2023

Beslutning om fravalg af frokostordning

En enig forældrebestyrelse fravælger en fælles frokostordning i børnehaven med en forældrepris på 611 kr pr. barn på det grundlag, at maden ikke umiddelbart kan produceres i huset og med frygt for, at det derfor består af ensformig smør-selv ordning udefra, som samtidig vil kræve, at der bruges ekstra personaleressourcer på servering og afrydning. Der er ligeledes stor pædagogisk værdi i madpakkerne samt, at man som forældre kan se i madkassen, hvad ens barn har spist eller ikke spist i løbet af dagen.

Vi oplever, at børnene i Børnehuset Villavej har gode, sunde og varierede madpakker med, som de nyder at spise. Vi synes, madpakkerne har en stor pædagogisk værdi for det enkelte barn. Vi mener det at spise sin egen madpakke er en del af **Børnehuset's læringsmiljø**, fordi:

- madpakken er en hilsen hjemmefra og er med til at knytte hjem og institution sammen.
- barnet vænner sig til at have en madpakke med hjemmefra. Det skal man også i skolen.
- børnene i Børnehuset har generelt sunde madpakker, så ernæringsmæssigt får børnene det, de har brug for.
- det giver dialog, når børnene indbyrdes snakker om indholdet i deres madpakke.
- børnene inspirerer hinanden til indholdet i madpakken.
- et barn fra vuggestuen glæder sig til at have sin egen madpakke med i børnehaven.
- det er med til at styrke barnets selvværd, når det selv mestrer at pakke sin madpakke ud.
- vi har et tæt samarbejde personale og forældre om barnets madpakke.
- barnet føler ejerskab og engagement for sin madpakke.
- barnet gør sig erfaringer med, hvordan andres madpakke kan se ud. F.eks. hvilken mad spiser børn fra en anden kultur.
- barnet glæder sig til at få sin madpakke, måske har han/hun selv været med til at lave den, eller måske er der en overraskelse i, som gør barnet ekstra glad.
- det er et led i barnets dannelse, når det selvstændigt kan spise sin madpakke.
- personalet kan have fokus på børnene i stedet for det praktiske omkring frokostordning.

Som forældre er det

- rart at vide, hvor meget barnet har spist, da alle rester fra madpakken kommer med hjem.
- vigtigt for nogle selv at kunne bestemme indholdet i madpakken (også i forhold til særlige ønsker omkring madens indhold af fx økologi, sukker, hvede, mælk osv).
- vigtigt, at der fortsat er mulighed for at kunne vælge mellem dagtilbud både med og uden frokostordning.