



Mad og måltidspolitik

Dagtilbuddets målsætninger:

1. At servere sund, varierende, ernæringsrigtige og regelmæssige måltider.
2. At udvikle børnenes "mad mod".
3. At inddrage måltiderne, som en del af det daglige pædagogiske arbejde.

Dagtilbuddets retningslinjer:

1. Vi serverer morgenmad, formiddagsmad, frokost og eftermiddagsmad. Frokostmåltiderne er oftest fordelt på 3 dage med varme retter og 2 dage med rugbrød og pålæg. Derudover laves der madpakker til ture ud af huset. Ved udarbejdelse af menuplaner følger og efterlever vi Fødevarestyrelsens officielle kostråd og øvrige anbefalinger, samt byrådets beslutninger.

https://altomkost.dk/fileadmin/user_upload/altomkost.dk/Maaltidsmaerket/Daginstitutioner/Materialer/Maaltidsmaerket_daginstitutioner_Guide.pdf

- Vi serverer frugt eller grønt til alle måltider og prioriterer ofte en ugentligt vegetarisk frokostret.
- Vi serverer forskellige slags fisk både i varme og kolde retter.
- Vi serverer magert kød af alle kødtyper og mejeriprodukter med et lavt indhold af mættet fedt.
- Vi anvender hovedsageligt fuldkornsprodukter. Børn under 2 år tilbydes dog brød, ris og pasta med et lavere indhold af kostfibre og fuldkorn.
- Vi er opmærksomme på at spare på kostens salt og sukkerindhold.
- Børnene tilbydes primære bløde fedtstoffer – som eksempelvis forskellige olier. Hårde fedtstoffer som margarine og smør tilbydes kun i begrænset mængde.
- Børnene tilbydes et glas mælk (1 dl) i løbet af dagen – udover det tidlige morgenmåltid.

I alle dagtilbuddets afdelinger arbejder vi desuden målrettet med at bruge så mange økologiske og årstidsbestemte råvarer som muligt. Alle vores produktionskøkkener har opnået det økologiske spisemærke i guld.

Vi er opmærksomme på at udnytte alle råvarer optimalt og genanvende rester for at undgå madspild – både af hensyn til miljø og økonomi.

Vi tager hensyn til børn med individuelle behov i forbindelse med allergier, religion osv. Ved sygdomsrelaterede behov kræves lægeerklæring. Fødevarereststyrelsens anbefalinger lever op til vegetarer, men ikke veganere.

2. For at stimulere og udvikle børnenes "mod" på måltidet serverer vi måltider, der pirrer til børnenes sanser og appetit og arbejder med både farvesammensætning, duft, smag og konsistens.

<http://www.kbhmadhus.dk/media/382521/Smagskompas%202021%20udgave.pdf>

Måltiderne skal være overskuelige og indeholde både nye og "kendte" retter. De voksne indtager et pædagogisk måltid sammen med børnene og fungerer dermed som rollemodel ved at forholde sig til maden og videregive en god madkultur. Børnene skal føle sig trygge ved de måltider, som de præsenteres for, men opfordres til at smage på alle retter og derved udfordre egen grænser.

3. Måltiderne er et samlingspunkt, hvor børnene flere gange dagligt er inkluderet i et fællesskab. Rammerne omkring måltiderne er strukturerede og genkendelige og foregår i en rolig og hyggelig atmosfære, hvor børn og voksne kan opleve nærvær.

I dagtilbud Sydvest vægtes følgende i det pædagogiske måltid:

- At maden serveres i skåle eller på fade på hvert bord således, at den voksne er nærværende og ikke forlader bordet unødigt.
- Der skabes tid til dialog omkring dagens måltid omkring bordet, samt hvilke råvarer der er anvendt, og dermed styrkes børnenes sproglige udvikling.
- Børnene lærer de sociale spilleregler ved at vente på tur, bordskik, øve at spise med kniv og gaffel, hjælpe hinanden og sende maden videre.
- Børnene lærer at blive selvhjulpne ved at deltage i borddækning og afrydning, selv øse maden op samt smøre et stykke brød.
- Der arbejdes med hygiejnen i form af håndvask, mad der er kommet på gulvet smides ud og man holder sig for munden, når man hoster.
https://www.youtube.com/watch?v=5ToyUEyV_NI
- Børnene opfordres til at smage på maden. Vores erfaring viser, at børnene viser større "mad mod", når de er en del af et fællesskab.
- Ingen tvinges til at spise noget bestemt, og der vil altid være alternativer, således alle børn får den fornødne energi.
- Børnene får mulighed for at følge med i produktionen af maden og kan tilbydes at hjælpe til, se på eller få små smagsoplevelser.

Dagtilbuddets kostfaglige medarbejdere holder sig ajour med nye regler og tiltag indenfor fødevarerbranchen og holder regelmæssige møder, hvor der udveksles erfaringer.