

Mad- og måltidspolitik i dagtilbud for 0 - 6 årige i Solrød Kommune



Sund mad og drikke har stor betydning for børns trivsel og udvikling. Dagtilbuddene skaber rammen om en stor del af børnenes daglige madindtag. I Solrød Kommune tilberedes maden i dagtilbuddenes egne køkkener, og det enkelte dagtilbud har et særligt ansvar for at børnene får en sund og ernæringsrigtig kost. Samtidig er det vigtigt, at der skabes gode, behagelige rammer omkring måltidet, samt at måltidet ses som en vigtig del af det pædagogiske arbejde.

Solrød Kommune har bl.a. som sundhedspolitiske mål at sunde mad- og måltidsvaner bliver en del af hverdagen for Solrøds borgere, samt at der skabes en kultur, som fremmer normal vægtudvikling. Disse mål skal bl.a. nås ved at skabe gode vaner for sund kost samt skabe gode rammer for måltider i institutioner.

Formål med mad- og måltidspolitikken

Kommunens politik udstikker de overordnede rammer for mad og måltider i dagtilbuddene. De enkelte institutioner udarbejder eller opdaterer på baggrund af denne overordnede politik deres egen, lokale politik i samarbejde med forældrebestyrelsen. Både den overordnede og den lokale mad- og måltidspolitik skal fremgå af dagtilbuddets hjemmeside.

KOMMUNENS MÅL FOR MAD OG MÅLTIDER I DAGTILBUD:

- ❖ Den mad, der serveres i kommunens dagtilbud, er sund, varieret og ernæringsrigtig og følger fødevarerstyrelsens kostråd og anbefalinger for sunde måltider i daginstitutioner
- ❖ Indtagelsen af sukkerholdige produkter i dagtilbud holdes nede
- ❖ Der indkøbes fødevarer efter principperne:
 - Køb mest muligt økologisk
 - Køb mest muligt årstidens frugt og grønt
- ❖ Der skabes gode og behagelige rammer om måltidet, så børnene får spist og drukket tilstrækkeligt
- ❖ Der arbejdes pædagogisk med at skabe madglæde og gode madvaner og med fokus på at børnene bliver selvhjulpne i forhold til spisningen



Institutionens mad- og måltidspolitik

En politik for mad og måltider er en fælles vedtaget og nedskrevet målsætning, der kan indeholde beskrivelse af:

- Maden: madens kvalitet, mængde, variation, tilberedelse m.v.
- Måltiderne: måltidernes art (hvilke tilbud gives der?) og afvikling (normer og regler)

Følgende punkter kan fremgå af institutionens mad- og måltidspolitik:

Mad

- Hvilke måltider tilbydes i dagtilbuddet, hvad skal børnene selv have med?
- Hvilke ernæringsmæssige krav stiller vi til måltiderne?
- Har vi bestemte krav til valg af råvarer? (fx økologi)

Drikke

- Vand: Hvordan sikrer vi at alle børnene får drukket nok vand på en hygiejnisk forsvarlig måde i løbet af dagen?
- Mælk: Hvornår tilbydes dette?

Sukker

- Hvad er vores sukkerpolitik?
- Hvad må børnene dele ud til f.eks. fødselsdage?
- Hvad serveres der ved særlige lejligheder som f.eks. fastelavn eller jul?

Måltidet

- Hvordan indgår madlavning og måltider i de pædagogiske aktiviteter?
- Hvordan er de fysiske og sociale rammer omkring kosten og måltiderne?

Særlige hensyn

- Hvordan tager vi hensyn til børn med allergier eller særlige kostbehov? (skal der eksempelvis fremvises lægeerklæring?)
- Hvordan tager vi kulturelle eller religiøse hensyn ift. mad?



Find viden og inspiration her:

www.altomkost.dk: Bl.a. anbefalinger og inspiration til sund og ernæringsrigtig mad til børn i daginstitutioner

www.okocater.dk: Inspiration og tips til hvordan institutionerne kan få mere økologi ind i madlavningen

www.frugtfest.dk: Sunde idéer til fødselsdage og andre særlige lejligheder

www.voresmad.dk: Opskrifter og viden om mad og råvarer

www.noeglehullet.dk: Info om nøglehulsmærkningen

