

KOSTPOLITIK I DAGTILBUD FOR 0-6 ÅRIGE I SOLRØD KOMMUNE

De fleste børn tilbringer en stor del af deres dag i dagtilbud, og derfor spiller dagtilbuddet en vigtig rolle i forhold til hvilken mad der tilbydes. Det er også vigtigt hvilke madvaner børnene får, og tager med sig videre i livet, gode kostvaner grundlægges allerede i barndommen. Det at spise i et dagtilbud, er en stor del af det pædagogiske arbejde, og vi anser det for et vigtigt samarbejde, personale, børn og forældre imellem. Solrød kommune anerkender sin del af ansvaret for børns sundhed og trivsel og har derfor udformet en generel kostpolitik, der gælder for alle kommunens dagtilbud

HVORFOR LAVE EN GENEREL KOSTPOLITIK?

Ved at lave en generel kostpolitik skaber vi en overordnet fælles holdning til sund kost i dagtilbud. Det er vigtigt at kommunens dagtilbud arbejder mod det samme mål i forhold til bedre og sundere kostvaner. Dog skal der stadigvæk i de enkelte institutioner være en vis handle frihed i forhold til f.eks. traditioner, og fødselsdage.

De forskellige mål

Målene for kommunens kostpolitik er at:

- **Den mad der serveres i kommunens dagtilbud er sund, varieret og ernæringsrigtig.**
- **Dagtilbuddet arbejder med at nedbringe indtagelsen af sukkerholdige produkter.**
- **Dagtilbuddet arbejder bevidst med sund kost.**

Mål for spisningen i det enkelte dagtilbud:

- At det der indtages i dagtilbuddet i hverdagen skal være sundt og varieret
- At børnene lærer gode kost og madvaner
- At børnene lærer noget om mad og smag
- At børnene oplever det som rart og roligt at indtage et måltid sammen med andre børn og voksne
- At børnene opnår at blive selvhjulpne i forhold til spisningen

Vedr. kost så henviser vi til sundhedsstyrelsens hjemmeside, og fødevarerstyrelsens hjemmeside. Det er vigtigt at man som personale og forældre er opmærksomme på nye tiltag, eller ændringer i forhold til anvisninger om sund kost.

Kostpolitik i det enkelte dagtilbud

I et dagtilbud kan der være mange forskellige måder at afholde fødselsdage, fastelavn og andre traditioner på. Mad og kostpolitikker i de enkelte institutioner varierer ofte grundet, struktur, fysisk indretning, forskellige frugt ordninger, m.v. Vi ønsker derfor at dette fortsat skal være op til det enkelte dagtilbud at beslutte i samråd med forældrebestyrelsen.

Det kunne f.eks. være følgende som er vigtigt at diskutere og nedfælde i en intern kostpolitik for det enkelte dagtilbud:

- **Hvilke måltider tilbydes i dagtilbuddet?**
- **Hvilke ernæringsmæssige krav stiller vi til måltiderne**
- **Har vi bestemte krav til valg af råvarer?**
- **Hvordan indgår madlavning og måltider i de pædagogiske aktiviteter?**
- **Hvordan er de fysiske og sociale rammer omkring kosten og måltiderne?**

Hvordan forholder vi os til:

- **Medbragt mad og slik**
- **Uddeling** (f.eks..hvad må børnene dele ud til f.eks. fødselsdage)
- **Morgenmåltidet** (f.eks. hvad består den af – og hvad må børnene selv medbringe)
- **Eftermiddags mad** (f.eks. hvad består den af)
- **Mælk** (f.eks. hvornår tilbydes dette)
- **Adgang til drikkevand**
- **Børn med særlige kostbehov** (f.eks. hvilket hensyn skal der tages)
- **Fødselsdage** (f.eks. hvad må man dele ud i dagtilbuddet)
- **Traditioner** (f.eks. hvad må vi spise når det er fastelavn)
- **Læring om mad** (f.eks. hvilken kultur har vi omkring måltidet)
- **Fælles mad**



En sund appetit på livet – handler også om hvad vi spiser

