

# KOSTPOLITIK FOR LBO KERNEHUSET



I Vesthimmerlands kommune er der en overordnet kostpolitik, som gælder for alle børn i dagtilbud. Med afsæt i den ønsker vi i Kernehuset, at vores børn - i den tid de tilbringer i institutionen - tilbydes en sund og varieret kost, der lever op til de til gældende kostråd fra sundhedsstyrelsen.

Denne kostpolitik handler om alle vores børn – lige fra vuggestue til børnehave og SFO.

For vuggestuebørnene er der fuld forplejning hele dagen. Prisen for dette er indeholdt i institutionsprisen.

I børnehaven og SFO'en er det en forældrepligt at sørge for forplejning hele dagen. Som en ekstra ydelse har vi her valgt at have en forældrebetalt ordning, der fritager forældrene fra den daglige opgave med at sørge for mad om formiddagen (gælder kun for børnehavebørnene) og om eftermiddagen (gælder for både børnehave- og SFO-børn). Det er naturligvis frivilligt at være med i denne ordning. Et fravalg betyder, at børnene skal medbringe mad til hele dagen.

## MORGENMAD

Det er betydningsfuldt, at børnene spiser morgenmad. Derfor er der mulighed for, at de børn, der kommer inden kl. 7.10, kan spise her hos os. Til morgenmad tilbyder vi havregryn, cornflakes og havrefras. Hertil serveres der mælk.

Institutionen betaler for dette måltid.

## FORMIDDAGSMAD I VUGGESTUEN OG I BØRNEHAVEN

Gennem frugtordningen tilbyder vi et mellemmåltid bestående af forskellige slags frugt og grønt samt brød – knækbrød, rugbrød, riskiks o.l. Hertil tilbydes vand.

Vuggestuen tilbyder foruden brød og frugt af og til også grød af forskellige art.

## FROKOST

### I BØRNEHAVEN

Til frokost medbringer børnene i børnehaven selv deres madpakker. Vi anser det for at være et forældreansvar hvad madpakke indeholder. Oplever vi uforbeholdne mange, mindre sunde ting i madpakke går vi i dialog med forældrene herom. Det er vores holdning, at der altid startes med rugbrød. Her kan dog være individuelle hensyn i forhold til børn med allergi eller anden kulturel norm. Vi serverer vand til frokosten, men opfordrer til at børnene medbringer drikkedunke med vand (- ikke saft, juice eller lignende).



### I VUGGESTUEN

I vuggestuen serveres der rugbrødsmadder 4 dage om ugen. Vi bestræber os på at tilbyde et varieret udbud af pålæg og grønt hertil. En gang om ugen tilbereder vi et varmt måltid til børnene. I overgangen fra amning/flaske kan vi tilbyde grød og mos. Vi serverer vand til måltidet.

Hvis børnene efter start i vuggestuen forsat har behov for flaske, skal disse medbringes.

## EFTERMIDDAGSMAD – FOR ALLE BØRN

Om eftermiddagen tilbyder vi igen et mellemmåltid, der som om formiddagen består af forskellige former for frugt samt brød – knækbrød, rugbrød, kiks o.l. Hertil serveres der vand.

Det forekommer, at børnene får serveret kage, f.eks. hvis vi har en begivenhed, vi fejrer eller vi er på udflugt.

## FØDSELSDAGE

Vi vil naturligvis gerne fejre børnenes fødselsdage. Til fødselsdage medbringer forældre, hvad de måtte ønske at dele ud i børnehave og vuggestue. Her sætter vi som udgangspunkt ikke nogen begrænsninger 😊.

## MAD SOM PÆDAGOGISK AKTIVITET



Ind i mellem laver vi mad på bålet eller har smør-selv-dag i børnehaven. Dette er tænkt som en pædagogisk aktivitet, hvor målet er at tilberede og spise et sundt måltid i fællesskab med andre.