

## FOR FORÆLDRE

### ”Sukker-med-omtanke” for Midtbyens Dagtilbud

Midtbyens Dagtilbud følger Aarhus Kommunes kostpolitik, som har til formål at sikre den ernæringsmæssige kvalitet af den mad, jeres børn får i dagtilbuddet. I alle vores afdelinger er der økologisk kostordning, hvor børnene hver dag får et sundt, nærende og varieret frokostmåltid.

Baggrunden for en fælles sukkerpolitik er dels at understøtte dagtilbuddets fokusområde ”trivsel og sundhed”, dels at hver enkelt medarbejder ikke skal tage ansvar for, hvad man må og ikke må i netop deres afdeling.

Desuden følger vi sundheds- og fødevarerstyrelsens anbefalinger, når jeres børn er hos os.

#### **Anbefalinger fra Fødevarerstyrelsen/Børn og Unge**

*Børn under 3 år: 0 sukker*

*Børn mellem 3 og 6 år: Højest 30-40 g sukker pr. dag.*

#### **Brug af sukker i afdelingerne**

I afdelingerne bruger vi sukker som krydderi – f.eks. kanel sukker til risengrøden, i frugtgrøden og ved småkagebagningen til jul.

Ved særlige lejligheder sker det, at vi serverer noget sødt og sukkerholdigt i begrænset mængde. Det kan for eksempel være ved en sommerfest, julefest og fastelavn.

#### **Fødselsdage**

Vi holder mange fødselsdage hvert år, og her opfordrer vi til at bruge frugt, dadler, figner mv. til f.eks. kager, som I har med eller serverer i hjemmet.

Samværet, stemningen og hyggen er det vigtigste - og både børn og voksne er vilde med flotte servietter, balloner og flag, som kan være med til at gøre dagen ekstra festlig.

Skal afdelingen på besøg hos jeres barn, aftaler forældrene med personalet, hvad de vil servere. Som udgangspunkt skal børnene have noget, der erstatter frokosten.

#### **Til fødselsdage får vi:**

- Drikkevarer uden sukker
- Boller, brød, frugt, dadler, figner mv.

***Tal med personalet på dit barns stue, hvis I mangler inspiration – eller er i tvivl.***