

BØRNEBY ELLEKÆR

ÅRSTIDENS FRUGT OG GRØNT

3 FØRSKELLIGE NORDISKE
GRØNTSAGER ELLER FRUGT
OM MÅNEDEN



JANUAR:	FEBRUAR:	MARTS:	APRIL:	MAJ:	JUNI:	JULI:	AUGUST:	SEPTEMBER:	OKTOBER:	NOVEMBER:	DECEMBER:
GRØNKÅL	HVIDKÅL	PORRE	RADISE	RABARBER	AGURK	TOMAT	FENNIKEL	PEBERFRUGT	PÆRE	CHAMPIGNON	KARTOFFEL
KÅLRABI	JORDSKOK	PERSILLEROD	FORÅRSLØG	PERSILLE	BLOMKÅL	ÆRTER	MAJROE	HYBEN	RØDKÅL	GRÆSKAR	PASTINAK
GULEROD	SELLERI	RØDBEDE	SPINAT	SPIDSKÅL	JORDBÆR	NY KARTOFFEL	SAVOYKÅL	LØG	SQUASH	ÆBLE	ÆBLE





Om kost og kostpolitik i Dagtilbud Ellekær og Børneby Ellekær

- Spis grønt
- Spis frugt
- Spis groft
- Spis fisk
- Drik vand

I hele Børnebyen vil vi have et særligt fokus på årstidens frugt og grønt. I hver af årets 12 måneder er der udvalgt 3 stykker frugt og grønt, som børnene skal lære at kende og som også i løbet af måneden vil være at finde i maden.

Vi opfordrer hermed forældrene til at tale med børnene om månedens frugt og grønt.

I dagtilbudsbestyrelsen har vi arbejdet med **principper for frokostmåltidet i dagtilbuddet:**

Der skal prioriteres god tid til at spise

Der skal serveres sund mad

Børnene skal opnå "madmod"

Måltidet skal opfattes som et fællesskab

Børnene skal lære "almindelig god bordskik"

Børnene skal have medbestemmelse og indflydelse

Ovenstående er principper – hvordan der skal arbejdes med ovenstående er pædagogernes ansvar.