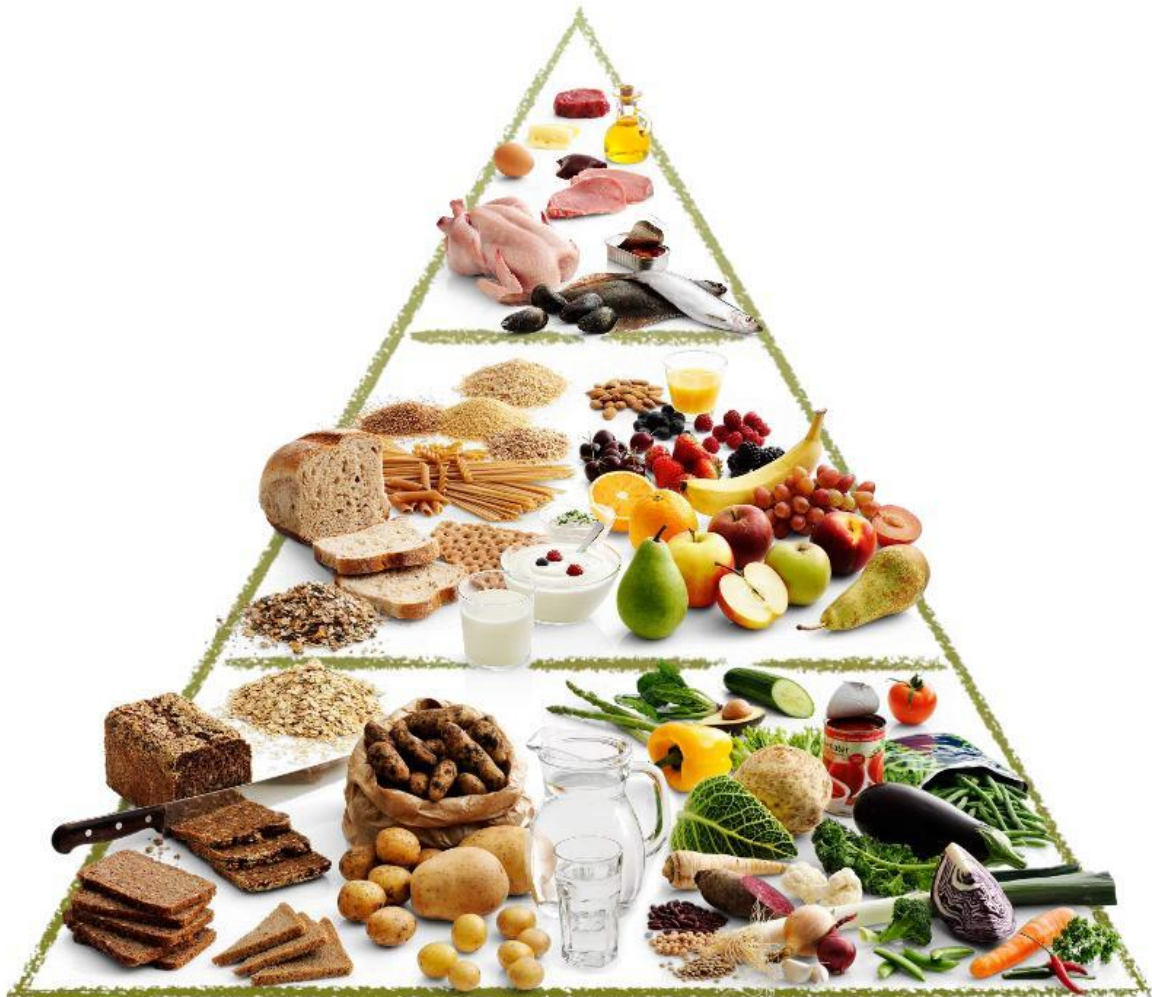


# Mad og drikke i Gl. Brabrand Dagtilbud



Med henblik på, at alle børn i dagtilbuddet skal have en god opvækst med mulighed for at udnytte egne evner bedst muligt, vil vi udvikle mål og handlingsplaner for bl.a. mad, måltider og "sukkerindtag", med klare retningslinjer for, hvordan børn får mulighed for at spise sundt, have gode rammer om måltider, samt at få viden om sund kost og gode kostvaner. Derfor har vi i dagtilbuddet valgt selv at producere maden i to af afdelingerne; Byleddet og Safiren. Følgende forhold kommer til at gælde for den interne aftale om kostordning i dagtilbuddet.

Aftalen er fremkommet gennem drøftelser i bestyrelsen, forældrerådene, dagtilbuddets ledelsesteam, kostudvalget i Byleddet, samt drøftelse med dagtilbudslederen. Kostordningen træder i kraft d. 1. august 2011, og indebærer at alle børn i de to afdelinger dagligt tilbydes et frokostmåltid. Til dette har Aarhus kommune bevilget et tillægsbudget på 15 kr. pr. barn pr. dag. Der vil løbende blive evalueret på denne ordning.

#### **Målet med kostordningen i dagtilbuddet:**

- At støtte børn i at tage vare på egen sundhed.
- At børn lærer, at mad er noget man glædes over og finder nydelse ved madens æstetiske og sanselige kvaliteter.
- At styrke barnets kendskab til og viden om kost, egen trivsel og sundhed.
- At dagtilbuddet har fokus på at minimere sukkerindtaget (dagligt - ved fødselsdage, højtider og fester).
- At børnene oplever det at spise sammen, som noget rart og andet end blot en aktivitet for at blive mæt.
- At skabe et rum mellem forældre og personale, hvor man kan dele viden om kost til inspiration til dannelse af barnets kostvaner.
- At børnene får et naturligt forhold til kost.
- At vi med af sæt i Aarhus kommunes kostpolitik tilstræber, at kosten fremmer børnenes trivsel og udvikling.



## Kostordnings omfang

Ugens fem hverdage tilbydes børnene i Byleddet og Safiren følgende måltider:

**Morgenmad:** I de afdelinger, hvor der er fuldkostordning serveres der morgenmad mellem kl. 6.30 og ca. 7.30. Et enkelt morgenmåltid består af havregryn med mælk og rosiner eller boller.

**Formiddag:** I Byleddet serveres frugt til vuggestuebørn og i Børnehuset Safiren serveres frugt, grønt eller brød.

**Frokost:** I Byleddet og Safiren serveres "det obligatoriske frokostmåltid" som er nærende, varieret, og økologisk hvis muligt. Sammensætningen af frokostmåltiderne vil typisk veksle mellem:

- Fiskeretter
- Kødretter
- Supper/grød
- Rugbrød med pålæg
- Grønsagstærter
- Ris eller pastaretter
- Salater og råkost af forskellige slags
- Mælk eller vand til frokost



**Eftermiddagsmåltid:** For de 0-2 årige består eftermiddagsmåltidet af frugt, gnavegrønt eller brød. I børnehave afdelingerne spises der frugt og brød/ knækbrød. Frugt om eftermiddagen i Byleddet foregår på den måde, at hvert barn har 5 stk. frugt med om ugen.

## Råvarer:

- Der foretages et miljø - og ressourcebevidst valg af fødevarer.
- Råvarerne skal så vidt økonomien tillader det være økologiske, danske og årstidsbestemte.
- Begrænset brug af halvfabrikata, i det omfang tiden og økonomien tillader det.

## Særlige hensyn:

- Børn, der har dokumenteret allergi overfor en eller flere fødevarer, vil med kopi af lægeerklæring få tilbudt anden mad.
- Børn der ikke spiser svinekød, vil få tilbudt anden mad.
- Der kan ud fra forudgående aftale tilbydes vegetarretter.
- Der laves mos - mad til børn under 1 år - hvis forældrene ønsker det.

**Den pædagogiske effekt:** Usund kost er ofte for sød, for fed og indeholder for lidt næring i form af grønt, frugt, fisk og groft brød. For meget sukker og for lidt næring er medvirkende til, at børn bliver ukoncentrerede, urolige og får svært ved at lære noget fordi hjernen og kroppen kræver sund mad (god næring) til bevægelse, koncentration og læring herunder sociale færdigheder. Der skal overskud til for at rumme sig selv og andre.

I 0-6års alderen bruger børn al deres energi på at vokse, udvikle sig, udforske og afprøve forskellige færdigheder. Børnene forbrænder rigtig meget energi og derfor er det vigtigt, at den kost de spiser er sund og nærende.

Måltiderne i dagtilbuddet skal være sunde, og vi går samtidig ind for, at børn skal have et naturligt forhold til det sukker de møder, da det også er en del af livet at møde en sukkerskål eller en marmeladekrukke uden at skulle tømme den. Derfor må børnene gerne få et drys sukker på deres havregryn eller i en kop te, samt få en lidt marmelade eller honning på deres brød. Der skal blot være en voksen som styrer det.

Vi er opmærksomme på, at de rammer vi skaber for børnene når de skal spise, ofte er afgørende for om måltidet forløber godt. Vi har nogle gode ritualer omkring spisningen - som f.eks. at vaske hænder, hente madkasser, dække borde og hjælpe til med afrydning. Vi vil gerne have, at børnene oplever den tid vi spiser sammen i som noget rart og som noget vi er sammen om, et sted hvor de kan falde til ro og hygge sig. Derfor skal børnene som hovedregel sidde roligt ved bordet under hele måltidet.

Ved tilberedningen af maden inddrages børnene bevidst i de aktiviteter, der omhandler viden og læring om kost, tilberedning af kost, dække borde, bage boller, lave bål mad mm.

Børnene spiser sundt i institutionen og derfor er det kun en sjælden gang, at der bliver serveret kage, fastelavnsboller, saftvand, is eller en lille slikpose i anledning af jul, fastelavn eller til afslutning eller fødselsdage. Til alle disse arrangementer vil vi også i samarbejde med forældrene tænke på at minimere sukkerindholdet.

**Fødselsdage:** Her er det vigtigt, at forældre og personale samarbejder om, at børnene ikke får sukkerchok af at være til fødselsdag. Hvis forældrene serverer noget til de øvrige børn i anledning af deres barns fødselsdag opfordrer vi til, at slik og sukkerindholdet minimeres således, at børnene kun får lidt usundt, f.eks. pølsehorn, frugtspyd, pizzasnegle mm. Hvis man har brug for inspiration, henvises til nedenstående hjemmesider.

### **Personale:**

Der er to køkkenmedarbejdere, der varetager produktionen af maden i Byleddet og Safiren. De sørger for:

- At maden er korrekt sammensat med hensyn til indhold af fedt, kulhydrater og protein.
- At maden lever op til sundhedsmyndighedernes anbefalinger for kost til børn.
- At der på forlangende kan fremvises ernæringsberegninger.
- De medarbejdere, der spiser sammen med børnene, spiser et pædagogisk måltid. Det vil sige en lille position (en halv børneposition).

Medarbejderne i Byleddet og Safiren skal når børnene er i institutionen medvirke til at give mulighed for, at børnene får sund mad, og at der skabes nogle hensigtsmæssige rammer for måltider, og at der sættes fokus på vigtigheden af sunde kostvaner som forudsætning for at trives og lære. Det er som altid vigtigt, at der er en god dialog imellem forældre og personale, og det påtager vi os som personale vores del af ansvaret for. I samarbejdet skal der tages udgangspunkt i, at børnenes trivsel, udvikling og læring bliver så optimal som muligt.

### **Køkken medarbejderne i dagtilbuddet:**

**Safiren:** Køkkenassistent på 34 timer/pr. uge. Det sikres, at to af det pædagogiske personale har hygiejnekursus.

**Byleddet:** Kombi stilling: 20 køkkentimer og 14 medhjælpertimer. Det sikres, at to af det pædagogiske personale har hygiejnekursus.

Der er afsat timer til at dække produktionen af maden disse steder. Der udpeges to af det pædagogiske personale, som skal have et hygiejnekursus. I tilfælde af sygdom og ferie hos køkkenpersonalet har disse personer ansvaret for madlavningen. Her laves der rugbrød eller lignende til børnene.

### **Beskrivelse af institutionens aktivitet herunder produktion og vareudvalg**

Indkøb bliver foretaget ved følgende leverandør: Jama ost, frugtkurieren, Clausen fisk, AB-catering.

### **Ved modtagelse af varer tjekkes for:**

- Synlig fysisk forurening (sten, snavs, insekter mm.).
- Fødevarernes temperatur.
- Fødevarernes holdbarhed.
- Varernes udseende og friskhed.



- Emballage og mærkning.
- Varernes duft (fersk fisk og kød).
- Ved reklamation ringes til leverandører.

**Opbevaring af varer:** Grøntsager lægges i "grøntsags køleskabet", mejeriprodukter i "mælkekøleskabet". Kødet lægges på bakker.

Temperaturer i køleskab og fryser kontrolleres hver dag og en gang om ugen skrives i et skema, hvad temperaturen er.

Nedkøling af færdigvarer sker straks efter, at maden er lavet og opbevares på køl og bruges inden for få dage eller fryses ned.

Når børn skal spise senere opbevares maden i køleskabet og varmes op i mikroovn.

Rester af mad der gemmes, bliver brugt til pålæg. Gryderetter og sovs fryses og bruges til lasagne max. 6 mdr. efter (datomærke på).

Al mad, hvor der opstår fejl ved nedkøling eller forkert opbevaring kasseres straks.

Omfanget af produktionen i hele dagtilbuddet til frokostmåltid er pt. til 157 børn i 5 dage.

**Produkter:** Brød, boller, frosset råt kød tilberedes. Friske fisk. Rå grøntsager og frugt. Mælkeprodukter, kolonialvarer, diverse pålægsvarer.

**Egenkontrol:** Der er et skærebræt til henholdsvis kød, grøntsager + frugt og brød.

For at have den rette temperatur bruges termometer og almindelig sund fornuft.

Varmebehandlet mad, der skal serveres koldt sættes i køleskab indtil det serveres.

Maden tilberedes mellem kl. 8.30 og 11. Børnene spiser ca. kl. 11.

Der gemmes mad til børn som har været på tur eller der laves madpakker. Evt. kan der byttes om på eftermiddagsmaden og frokostmåltidet. Børnene hjælper med servering.

Ved bålmad er det personen med hygiejne kursus, som har ansvaret for produktionen.

Ved forældrearrangementer medbringer forældrene selv kage eller køber is, hvis dette ønskes.

Ved fejl ved tilberedningen eller ved fejl ved produktionen smides maden ud.

Vi har fokus på læring i dagtilbuddet, og undersøgelser viser, at sund kost giver et bedre helbred og har stor betydning for børns evne til at lege og lære. Sund kost og gode kostvaner kan også forebygge sygdomme.

Vi har på tværs i kommunen samarbejde med både skoletandplejen, kostkonsulenter og sundhedsplejen, og det er et givtigt og forebyggende samarbejde.

### **Tegn og Indikatorer:**

- Den sunde og nærende kostplan.
- Når børnene uopfordret diskuterer kost og sundhed.
- Når personale og forældre samarbejder om alternativer til sukker.
- Når børnene kan sidde med ved f.eks. bordet, selv om de ikke er sultne mere.
- At vi ser børnene have et sundt forhold til sukker, hvilket vil sige, at de ikke behøver at tømme marmeladekrukken eller sukkerskålen, hvis den står fremme.

### **Dokumentation:**

Der tages billeder, som bruges i dialogen med børnene om deres oplevelse af sund kost.

### **Evaluering:**

I dagtilbuddet evaluerer vi én gang årligt i forhold til, om vi gør det, som vi skriver vi gør. Hvad er gået rigtig godt, hvordan går formidlingen og dialogen med forældre og børn, hvilke ændringer har vi set og mærket som væsentlige i forhold til tidligere osv. Næste gang der skal være afstemning om kosten i dagtilbuddet, er inden den 31-12-12.

Evalueringen skal bruges til at sætte fokus på samarbejdet mellem forældre og personale, og i fællesskab ændre det, der skal ændres.



### **Viden om børn, mad og måltider kan bl.a. hentes:**

De 8 kostråd: [www.altomkost.dk](http://www.altomkost.dk)

Inspiration til sund hverdagsmad: [www.kost.dk/tema/mad](http://www.kost.dk/tema/mad)

Rumlerikkerne: [www.rumlerikkerne.dk](http://www.rumlerikkerne.dk)