

Kostpolitik 2018 for Læsø Børnehus

Læsø kommune har lavet en generel kostpolitik gældende for børn og unge i Læsø kommune. **Børnehuset** har suppleret denne med følgende:

Læsø kommune tilbyder et sundt frokostmåltid som en del af dagtilbudsydelsen alle ugens dage. Der lægges vægt på en god atmosfære, hvor medarbejderen sidder med ved bordet. Ritualer, som f.eks. et lys på bordet eller naturens pynt kan også være med til at skabe en hyggelig stemning. Måltidet skal være en rar og udviklende oplevelse, hvor barnet bevarer sin lyst til at spise og nysgerrighed efter at smage nye ting. Under måltidet kan børnene lære at omgås andre, udvikle sanser og sprog samt lære gode bordskikke. Børnene er med til at dække bord, hælde vand op og byde rundt osv., ligesom de selv rydder af efter måltidet. Vi afleverer madrester til køkkenspanden til glæde for børnehusets høns.

Der vaskes hænder før og efter et måltid.
Høflighedsfraser som ”værsågod” og ”tak” anvendes.

Vores madmor laver frokost til os og de øvrige måltider varetages af det pædagogiske personale. Vi får lune retter, har smør-selv dage, bager eget brød/boller og får madpakker med ud af huset. De daglige måltider indeholder en variation af brød, frugt og grønt. Hjemmelavede, økologiske (el. dansk producerede) produkter, vægtes højt. Vi følger sundhedsstyrelsens anbefalinger i forhold til ernæringsrigtig kost, efter hvilken alder barnet har.

Til morgenmad serverer børnehaven havregryn (og havregrød til de yngste), brød, ost og frugt.
Morgenmaden er fremme til kl. 7.30.

Der serveres vand og økologisk mælk til måltider.

Fredag morgen serverer vi the og boller indtil kl. 8.00. Her får forældre gerne en kop kaffe med.

Vi laver hver dag eftermiddagsmad, der som oftest er frugt, der suppleres med brød.
Der er altid brød og frugt i institutionen så sultne børn kan få lidt mad udenfor de faste måltider.

Søde- mad og drikkevarer (f.eks. saft, kage og slik) serveres kun til specielle lejligheder, fx til fastelavn. Når et barn har fødselsdag, laver vi popcorn (i børnehave-afdelingen), som fødselsdagsbarnet deler ud. I vuggestuen er det en lille pakke rosiner.

Man har ikke kage eller andet med hjemmefra. Går vi ud til fødselsdag i hjemmene (de ældste børn), vejleder vi gerne til en god, sund og enkel fødselsdags-menu, med plads til lidt guf.