

Madvision for Egetræet

Centralt i frokostordningen står kvaliteten af den mad, som vores børn bliver tilbudt. Den skal være sund og vække børnenes nysgerrighed, så de udvikler en naturlig madmodighed.

Sekundært står erkendelsen, at måltidet består af mere end blot mad. Måltidet er en social begivenhed, der endvidere kan åbne børnenes øjne for forskellige sæsoner og traditioner.

Desuden står ønsket om at få bedre tid i hverdagen derhjemme sammen med jeres barn/børn, hvilket hjælpes godt på vej ved at fjerne forældrenes opgave med de daglige madpakker.

Således lyder Egetræets madvision:

Frokosten er vores børns vigtigste måltid i hverdagen.

Vi ønsker, at de skal spise sundt, blive nysgerrige på maden og opleve måltiderne som sociale og varierende indslag, samt at den enkelte familie oplever en aflastning i hverdagen

Maden

Vi ønsker, at børnene skal spise sundt under kyndig vejledning og råd fra relevante ernæringseksperter. Således ønsker vi, at maden generelt opfylder myndighedernes officielle kostråd, som i skrivende stund er:

- Spis planterigt, varieret og ikke for meget
- Spis flere grøntsager og frugter
- Spis mindre kød – vælg bælgfrugter og fisk
- Spis mad med fuldkorn
- Vælg planteolier og magre mejeriprodukter
- Spis mindre af det sødes, salte og fede
- Sluk tørsten i vand

Vi ønsker desuden, at økologiske råvarer prioriteres i henhold til Furesø Kommunes målsætning om 80% – så vidt det er økonomisk muligt under hensyntagen til de øvrige elementer i madvisionen.

Hvis børnene skal udvikle en naturlig madmodighed, stiller det bl.a. krav til maden. Den skal være indbydende og sansevækkende at se, dufte, røre, smage og lytte til, og derigennem inspirerende for børnene at lære mere om.

Måltidet

Måltiderne danner ramme om en begivenhed, som nemt kan fange børnenes interesse og engagere dem i et fællesskab. Derfor ønsker vi, at personalet benytter måltiderne som et pædagogisk redskab for børnenes socialisering og indlæring, blandt andet ved at tage del i måltiderne.

Måltiderne skal variere hen over temaer, som kan benyttes til at lære børnene omkring emner som fx årstidernes skiften, traditioner, højtider, kulturelle begivenheder og lignende. Vi ønsker derfor, at der udarbejdes egentlige madplaner, som på ugebasis skifter tema. Fx kunne der op til Skt. Hans serveres heksegryde og tilberedes bålmad, eller der kunne forberedes japansk-inspireret mad under OL i Tokyo.

Madvision for Egetræet

2022

Ved at variere måltiderne over ugetemaer og tilbyde børnene den samme, appetitvækkende mad, ønsker vi desuden at skabe et trygt fællesskab, hvor børn og voksne deler den samme mad uden jalousi til sidemandens frokost. Børnene bliver ligestillede og kan dele indtrykkene om maden rundt om bordet, samt opbygge modighed ved at se de andre børn spise de ting, de måske ikke selv har lyst til.

Vi ønsker også at børnenes oplevelser af måltiderne bliver nemt for forældrene at tale med dem om. Ugeplanerne skal således kommunikeres ud til forældrene, så vi kan engagere os i vores børns oplevelser derhjemme – foruden at vi løbende er bevidste omkring børnenes kost.

Madplanerne skal sekundært være med til at optimere udnyttelsesgraden af de indkøbte råvarer, så vi reducerer madspild og frigør midler til at styrke madvisionens øvrige elementer.

Sukkerpolitik

Børnehuset Egetræet ønsker at følge Furesø Kommunes Mad- og Måltidsstrategi hvor indtaget af sukker mindskes.

For at fejre børnenes fødselsdag, må man servere et styk sukkerholdigt produkt (f. eks et lille stykke kage, en kanelsnegl, el. lign.) Det er naturligvis også tilladt at servere frugtkurve, grøntsags stænger med dip, figenstang eller boller med glasur.

Ved andre begivenheder end de nævnte (familieforøgelse, afsked til børnehave, micro, mm., opfordrer bestyrelsen til at Mad- og Måltidsstrategien følges – dvs. ingen sukkerholdige produkter☺)

De årlige begivenheder hvor der serveres sukkerholdige produkter i Kollekolle er:

- Fastelavn (et eller andet i tønden: f.eks muslibarer og rosiner)
- Påske (der trilles et lille Påskeæg ned af 'vulkanen')
- Sommerfest (sliktræet høstes og efter maden er der isbod☺)
- Afhentning af juletræ
- Julefest + en lille chokolade fra nissen dagen efter julefesten
- Sommerferieture (enkelte gang med is på turen)
- Saftevand til Blomsterdag

De årlige begivenheder hvor der serveres sukkerholdige produkter i Skovstjernen er:

- Nytårsfest (drinks og lidt popcorn/chips)
- Fastelavn (små rosinæsker og lidt chokolade samt fastelavnsbolle med glasur)
- Påske (et lille chokolade æg)
- Sankt Hans fest (en lille is)
- Sommerferieture (enkelte gang med is på turen)
- Sommerfest (bod med saftevand)
- Julefest (med lidt godter, småkager)