

## Sukkerpolitik – Børnehuset Egetræet

I Egetræet arbejder vi efter Den Pædagogiske Læreplan. Egetræet udgør et samlet læringsmiljø med mange legezoner der har hver sit formål. Alle Den Pædagogisk Læreplans mål kan med pædagogisk faglighed og professionalisme opnås uden sukker.

Børnehuset Egetræet følger Furesø Kommunes Mad- og Måltidsstrategi hvor hensigten er, at indtaget af sukker mindskes og baserer praksis på ernæringsfaglige anbefalinger og vejledninger om ernæring og sundhed. Herunder Fødevarestyrelsen (30 gram sukker/dagen til små børn) og Ministeriet for fødevarer og landbrug og fiskeri (de 7 kostråd), samt foedevareguiden.dk og hjerteforeningen, der blandt andet fortæller, at sukker ikke kun kommer fra søde sager, men også er tilsat i madvarer (mysli, ketchup, morgenmadsprodukter, yoghurt, kiks, sodavand, saft, kakao og meget andet).

I Egetræet ønsker vi at skabe gode vaner til forebyggelse af livstilssygdomme. De gode vaner, vi i barnets første 6 leveår, kan være med til at understøtte, er aldrig dårligt givet ud. I Egetræet vil vi bidrage til at fødevarestyrelsens anbefalinger om maksimalt 30g sukker om dagen til små børn ikke overskrides. Dette gør vi ved, at sikre at Egetræet så vidt det er muligt ikke anvender sukker. I forhold til hverdagens måltider anvender Egetræets køkken sukker som krydderi til at balancere smagsnuancer.

Det bør være et aktivt tilvalg i den enkelte families hverdag, udenfor Egetræets regi, hvis den ønsker at bidrage til de 30g sukker. Derfor skal enhver forældre vide sig sikker på, at der i Egetræets hverdag blot indgår sukker i meget lille mængde. Egetræets hverdag inkluderer alle aktiviteter på eller udenfor Egetræet matrikel, som er konstitueret af Egetræets virke. Dette gælder også arrangementer hvor børnegrupper i følgeskab med medarbejdere i Egetræet/i Egetræets åbningstid er inviteret til fødselsdage i private hjem. Her kan der i stedet eksempelvis serveres kage uden sukker, frugtkurv, grøntsagsstænger eller boller. Børnene er i forvejen vant til at slukke tørsten i vand. Ovenstående gælder også ift. at markere en fødselsdag eller andet ved at medbringe noget lækkert i institutionen.

Hen over året er der følgende undtagelser hvor sukker kan være en del af netop den højtid eller tradition.

Fastelavn: Rosiner eller myslibar i tønden.

Påske: Der trilles påskeæg med æg der kan indeholde sukker.

Sommerfest: Isbod

Jul: Kanelsukker på risengrød og pebernødder/småkager når juletræet kommer.

7. november 2023

**Børnehuset Egetræet**

Skovlinien 23  
3500 Værløse

**Kontaktperson:**

Mikkel Rasmussen  
E-mail: [mrs13@furesoe.dk](mailto:mrs13@furesoe.dk)  
Dir. tlf.: 7216 4065



Sukkerpolitikken er vedtaget på forældrebestyrelsesmødet den 7/11 2023.

Venlig hilsen

Mikkel Rasmussen  
Dagtilbudsleder