



# KOSTPOLITIK

## Børnenemes Univers Grindsted Syd



*En mad- og måltidspolitik er en fælles vedtaget og nedskrevet målsætning om børnenes mad og måltider, mens de er i dagtilbuddet.*

*Politikken sikrer at både pædagoger og forældre kender Børnenes Univers Grindsted Syd's rammer for forplejning, mens børnene opholder sig i dagtilbuddet.*

### Kostpolitikken:

- Udspringer fra Billund kommunes "Sundheds- og Bevægelsespolitik", som kommunens dagtilbud er forpligtiget til at arbejde ud fra.
- Følger sundhedsstyrelsens retningslinjer for sund kost.
- Er udarbejdet i samarbejde mellem bestyrelsen, køkkenpersonalet og ledelsen i BUGS.



### Hvorfor en kostpolitik?

- Retningslinjer for kosten, hjælper til at sikre, at børnene tilbydes **SUND** mad og drikke i løbet af dagen
- Sikrer, at både pædagoger og forældre introduceres til kostpolitikken, og herigennem får kendskab til/får forholdt sig til, hvilke rammer og betingelser børnene har i forhold til de retningslinjer, der er i dagtilbuddet på mad- og måltidsområdet. (eks. hvilken mad der serveres, bordskik, ritualer omkring måltidet m.v.)
- Giver Børnenes Univers Grindsted Syd et klarere image, hvor vi udadtil signalerer, hvad vi gerne vil kendes på vedr. kosten.






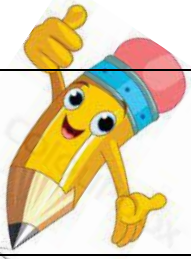



**SUNDE BØRN ER  
GLADE BØRN**



### Gevinsten for børnene:

- Børnene tilbydes en varieret kost, og bliver præsenteret for mange forskellige smagsoplevelser – surt, sødt, bitter m.v.
- Børnene opfordres til at smage nyt og udforske nye madvarer – "blive modige på mad"  
Der tales om, hvordan maden er lavet, og hvilke råvarer der indgår i maden.
- Børnene kan vælge – og fravælge, hente mad /smøre mad.
- Børnene oplever fællesskabet omkring spisningen og almindelige bordregler (-bordskik).
- Børnene er fælles om madoplevelsen – de spiser det samme - sammen, de smager sammen og dufter til maden sammen.
- Sund kost giver børnene energi til at være veloplagte, tolerante og nysgerrige i løbet af dagen.

## Principper for kostpolitikken:

<p><b>Udarbejdelse af madplaner</b></p> 	<p>Madplaner udarbejdes af uddannet køkkenpersonale. Der arbejdes målrettet ud fra en <b>SUND</b> tankegang. Der vil være få undtagelser: I forbindelse med årstider, højtider, forældrefester m.v. bliver der serveret "lidt ekstra" – eks. æbleskiver til jul. Der serveres både kolde og varme retter. Der skal fremvises en lægeerklæring, hvis barnet skal have specialkost.</p>
<p><b>Fremstilling af maden</b></p> 	<p>Maden fremstilles af uddannet køkkenpersonale. I det omfang det er muligt, er maden hjemmelavet, og lavet "fra bunden". Køkkenpersonalet sikrer det nødvendige hensyn til det enkelte barn – herunder eks. allergibørn og børn der af religiøse årsager ikke må spise alt.</p>
<p><b>Danske råvarer</b></p> 	<p>I det omfang det er muligt, købes der danske frugter og grøntsager. Det har indflydelse på, hvilke råvarer der bliver benyttet, da indkøbene vil følge årstidernes udbud.</p>
<p><b>Orientering om madplaner</b></p>	<p>Forældre og personale orienteres om madplaner via Aula. - herunder billeder (-engang imellem)</p> 
<p><b>Måltider</b></p> 	<p>Måltiderne ligger, så børnene tilbydes mad i passende intervaller i løbet af dagen - afhængig af deres alder. BUGS serverer <b>alle</b> måltider til børnene – også "lidt lækkert", når børnene har fødselsdage. Fællesskabet ved spisningen vægtes højt – eks. bordskik, samtaler om maden mv. Der må ikke medbringes fødevarer hjemmefra.</p>
<p><b>Økologi</b></p> 	<p>Vi bestræber os på at servere økologisk mad indenfor flg. produkter: Brød, korn/melprodukter, mælk, og gængse frugter og grøntsager eks. æbler, pærer og gulerødder</p>
<p><b>Madspild</b></p> 	<p>Vi minimerer madspild ved at anvende rester af brød, grød, mælkeprodukter, frugt og grønt i eks. bagning m.v. Vi bestræber os på, at alle råvarer m.v. bliver anvendt og spist. Derfor er det ikke altid, at alle grupper spiser det samme.</p>



## Hvad spiser vi i BUGS ?

Der serveres en alsidig kost, som sikrer, at børnene bliver præsenteret for en bred vifte af fødevarer.

Alle børn skal have mulighed for at kunne spise sig mætte. Derfor er der altid mulighed for et alternativ, hvis maden ikke ”kan synkes” (-eks. rugbrød ell. lign)

<p><b>Morgenmad</b> - frem til kl. 07.30</p>		<p>Til <b>morgenmaden</b> er der mulighed for at få havregryn/havregrød, rug/havrefras, rugbrød og ost. Nogle gange vil der være frugt på bordet. Drikkevarer: Mælk/vand</p>
<p><b>Formiddagsmad</b></p>		<p><b>Formiddagsmaden</b> varierer fra dag til dag, men der vil hen over ugen, serveres rugbrød, hjemmebagt brød/boller, knækbrød m.v. Der vil altid blive serveret frugt. Drikkevarer: Vand</p>
<p><b>Frokost</b></p>		<p><b>Frokosten</b> varierer mellem kolde og varme retter. 3 gange om ugen serveres der rugbrød med forskelligt pålæg, således at fisk, kød, æg og ost er repræsenteret hver uge. 2 gange om ugen serveres varmt mad, hvor der veksles mellem grød, suppe, kartofler, ris, pasta og lign. Der veksles mellem kylling, oksekød, svinekød og fisk. Der bliver serveret rå eller kogte grøntsager/salat/ til alle måltider. Drikkevarer: Vand</p>
<p><b>Eftermiddagsmad</b></p>		<p><b>Eftermiddagsmaden</b> varierer fra dag til dag, men vil typisk bestå af rugbrød med pålæg eller hjemmebagt brød. Hertil vil der altid være frugt. Efter årstiden kan der serveres andet – eks. koldskål om sommeren ect. Drikkevarer: Vand - Vuggestuen: mælk</p>