

Mælkebøttens mad og måltidspolitik.

I mælkebøtten har vi en kostfaglig ernæringsassistent ansat, til at varetage vores daglige mad og frokostordning. Hun vil være ajourført så vidt muligt blandt andet via kurser.

I Mælkebøtten vil vi gerne tilbyde en sund og varieret kost, hvor vi så vidt muligt bruger økologiske varer, i det omfang det kan lade sig gøre. Vi vælger sunde og ernæringsrigtige varer tilpasset børnenes alder.

Vi bager meget af vores brød og rugbrød selv. Og børnene er altid velkomne i køkkenet til at være med.

Vi begrænser sukker og fedtholdige varer så meget som muligt.

☐ Vi tilbyder morgenmad 6.30 til 7.00

☐ Formiddagsmad mellem kl. 9.00 til 9.20

☐ Frokost kl. 11.00

☐ Eftermiddagsmad mellem 13.30 og 14.30

☐ Sidst på dagen kan der tilbydes lidt frugt eller brød.

Morgenmadstilbuddet er rugbrød med smør, ost eller lignende.

Formiddagsmad kan være øllebrød/grød, rugbrød, knækbrød eller boller samt frugt.

Frokost kan være rugbrødsmadder, hvor det er "smør selv", med forskellige slags pålæg. Varme retter er varierede mellem eksempelvis supper, fiskeretter, grønsagsretter, kødretter, med ris/kartofler/pasta. En lun ret kan være frikadeller til rugbrød, tærte o.l.

Eftermiddagsmad kan eksempelvis være boller, rugbrød med pålæg, tykmælk med musli, rygbrødsstave og ostestave, og grønt/frugt til.

Vi sørger for at børnene får vand i løbet af dagen, og til middag får vuggestuen mælk til. Børnehaven får mælk til rugbrød, og vand til varme retter.

Vi tager hensyn til børn som har specielle behov for anden kost, og børn fra andre kulturer. Vi følger Vejle kommunes retningslinjer i forhold til børn med allergi. Tal med personalet om dette, så vi finder den bedste løsning.

Der laves madplan for hver uge, og den hænges op hver mandag.

Børnenes fødselsdag holder vi gerne, og vi opfordrer også her til, at I som forældre tænker sundt og begrænser sukkerindholdet. **Børnene må ikke have slik med.** Vi hjælper gerne med gode ideer og forslag☺

Madkultur: Alle vasker hænder inden vi sætter os til bords. Når vi sidder ved bordet, vægter vi at der er en god og hyggelig atmosfære, hvor man kan sidde og hyggesnakke, sørge for at maden sendes rundt, venter på hinanden, sige ja tak og nej tak, værsgo og

velbekomme. Vi opfordrer børnene til at smage på al maden, og de voksne spiser med for at motivere.

Vi prioriterer også at lave mad på bål. Bålmaden kan være både frokost og eftermiddagsmad, eller mad der laves på turdage på bål. Oplevelsen af at lave mad på bål, dufte og smage er meget anderledes, end det vi laver i køkkenet og er med til, at give børnene en anden oplevelse heraf.

"Højens haver" er også en del af vores madkultur. Vores haver er med til at give en helhedsoplevelser for børnene. De er med til at dyrke haverne, og selvfølgelig skal det også tilberedes og smages i den pædagogiske praksis.

Vi vil en sund og god mad/frokostordning, og ved det er vigtigt for barnets trivsel, læring og udvikling.

Er der børn vi er bekymret for, her tænkes på over eller undervægtige børn, vil vi tage kontakt til forældrene, og lave en handlingsplan evt. i samarbejde med sundhedsplejen.

Vi vægter at man kan se forskel på hverdag og specielle lejligheder, eksempelvis højtider, hvor vi følger traditioner omkring mad, og hygge, så vi eksempelvis kan bage julebag med børnene.