

Børnehuset Vandloppens kostpolitik

Kostpolitikken er udarbejdet i tæt samarbejde med Børnehuset Vandloppens forældrebestyrelse. Der tages udgangspunkt i anbefalingerne fra Lolland Kommunes overordnede kostpolitik. Derudover er holdningen, at for mange forbud og restriktioner er svære at håndtere, idet alle har hver deres opfattelse af, hvad der er sundt og usundt og at det kan opfattes som et indgriben i forældreansvaret. Derimod skal de gode eksempler fremhæves og der opfordres til dialog med personalet, hvis man som forældre er i tvivl, ligesom personalet vil opsøge dialogen med forældrene, hvis der vurderes, at der er brug for vejledning.

Anbefaling til madpakke:

RUGBRØDSMADDER/GROFT BRØD, SAMT FRUGT OG/ELLER GRØNT.

DRIKKELSE, SLIK OG KAGE ER FORBUDT AT MEDBRINGE I BØRNEHAVEN. Mælkesnitte, Petit Danone, kiks, diverse chokoladebar lignende ting osv. bliver fra vores side betragtet som slik.

I Børnehuset Vandloppen drikker vi vand til måltiderne, eller hvis man bare skal have en tår at drikke. Vi opfordrer ofte børnene til at drikke sig en tår vand, fordi det er vigtigt med noget væske.

Det er personalets erfaring, at børnene er optagede af, hvad der er i madpakkerne – ikke kun deres egen, men også de andre børns. Dialogen om mad her i huset skal – som altid – være anerkendende, men også vejledende og guidende, således at ingen børn oplever, at de er forkerte, når deres forældre har valgt, at komme slik eller kage i madpakken. Samtidigt er det vigtigt, at forældrene overholder denne ene regel, eftersom alle børn er så optagede af indholdet i madpakkerne og dermed kan det hurtigt ske, at børn der har slik eller kage med faktisk bliver kede af, at de gør noget, der er forbudt.

Svingende appetit:

Forældre bliver ofte meget bekymrede, hvis deres barn ikke spiser deres madpakke. Det er ganske naturligt, at appetitten kan svinge og at børnene i perioder spiser mindre. Det er vigtigt ikke at gøre dette til et problem. Personalet vil i sådanne tilfælde tage en snak med forældrene, således at fokus ikke er på maden hele tiden. Det er selvfølgelig positivt, at forældrene viser omsorg og vi skal altid være opmærksomme på om barnet trives, men et sådant fokus på den manglende appetit bliver meget hurtigt negativt og problemfyldt – også for barnet. Mange børn oplever, at forældrene kontrollerer dette, som noget af det første, når de afhentes. Hvis vi som personalet oplever dette udvikle sig, som et problem tager vi en snak med forældrene.

Kulturen omkring spisning:

Det er vigtigt, at børnene har tid og rum til at få spist deres mad. Ved måltiderne – morgenmad, madpakker og eftermiddagsmad sidder der altid voksne sammen med børnene og spiser. Børnene spiser madpakker og eftermiddagsmåltid på stuerne for at skabe så meget ro omkring spisesituationen som muligt. Det skal være hyggeligt, når vi spiser.

Vores normer, for hvordan man opfører sig i spisesituationen er, at hvis man taler, gør man det stille. Der skal ikke råbes. Man skal sidde stille på stolen og man løber ikke rundt med mad.

Læringsmål for børnene:

At der udvikles etiske og sociale spilleregler, således at de kan begå sig ved måltider sammen med andre.

At man hjælper hinanden og udviser respekt.

At der opnås færdigheder til at blive selvhjulpne.

At børnene oplever samhørighed og fællesskab.

Måltider i løbet af dagen:

Morgenmadstilbuddet er for de børn, som ikke har spist hjemme og som møder inden kl. 7.30. Dette består af havregryn / grød, havrefras og brød. Der drikkes minimælk eller the.

Kl. 09.00 spiser Krabberne et lille mellemmåltid, som børnehaven sørger for.

Kl. 11.00 spiser vi madpakker. Der drikkes vand til.

Kl. 14.00 spiser vi et mellemmåltid. Det er meget forskelligt, hvad dette måltid består af. Vi prioriterer, at det er sundt, men det er også styret af økonomi. De fleste dage består det dog af frisk frugt og en slags brød – ikke hvidt brød. Vi drikker vand til.

Ekstra mad:

Det er en god ide med ekstra madder i madkassen. Mange børnehavebørn spiser en mad om formiddagen og kan så mangle senere på dagen.

Særlige tilfælde:

Fødselsdage fejres med hjemmebagte boller, som bages her i børnehaven, den dag barnet holder/har fødselsdag. Det er kun den stue barnet går på, som får boller i løbet af formiddagen. Undtaget er dog i ferieperioder, hvor vi kan være samlet på tværs af stuerne, således at alle får boller.

Ved forskellige arrangementer; Bedsteforældredag, fælles afslutning i forbindelse med skolestart, Høstfest, Jule hygge eftermiddag, december måned gælder lidt andre regler. Her kan der "skejes ud" med både det ene og det andet knap så sunde fra børnehavens side.