**Kostpolitik i Bandholm Børnehus**

I Bandholm Børnehus sætter vi sundhed, trivsel og gode kostvaner højt.

Vi har madordning og vi vil sikre et varieret udbud, hvorfor det vil være muligt at tilgodese de fleste ønsker. Medicinsk begrundede hensyn vil blive accepteret, men vi kan ikke garantere at alle ønsker kan håndteres.

Deltagelse i madordningen er obligatorisk og kan ikke frasiges, men ordningen er på valg hvert andet år.

Personalet spiser sammen med børnene til frokost. Vi ser det som en del af det pædagogiske arbejde. Derfor har vi udarbejdet en vision for madordningen, samt vi har haft dialog om alt fra hvordan frokosten tilrettelægges, hvad personalets rolle er og hvordan vores læringsmiljø er i spisesituationen.

**Morgenmad**

Vi tilbyder morgenmad indtil kl. 08.00 som består af:

Havregryn og cornflakes med/uden rosiner, rugbrød, knækbrød, hjemmebagte boller, ost, marmelade, smør og mælk.

**Mellem måltid**

Vi tilbyder børnene et mindre måltid/snack om formiddagen. Det kan være brød, knækbrød, kiks eller lign.

**Middagsmad**

Børnene får serveret varm/lun ret 1 til 2 gange om ugen.

Brød med forskelligt pålæg 3-4 gange om ugen. Dertil bliver der altid serveret frugt/grønt.

**Eftermiddagsmad**

Vi serverer frugt/grøntsager og brød om eftermiddagen.

**Drikke**

Vi serverer vand til frokost og eftermiddagsmad. Børnene har mulighed for at drikke vand hele dagen.

**Fødselsdage**

Vi fejrer naturligvis barnets fødselsdag og I er velkommende til at medbringe noget.

Vi opfordrer til, at det I medbringer er sundt. Vi følger også den danske kultur for fejring af fødselsdag, derved er det tilladt at medbringe kage eller lign. I bedes dog aftale det med personalet.

**Ved Årstidsfester**

Der serverer vi saftevand, kage/æbleskiver, og evt. lidt søde sager som passer til den enkelte fest

Spisemiljø i vuggestuen

* Små stemmer
* De undersøger maden på hvert deres alderstrin – (små ødelægger maden) – (store rører uden at ødelægge)
* Store børn spiser med bestik.
* Små børn bruger fingrene og hvis motorik er der, øves der med gaffel.
* Snak ved enkelte borde – dialog om råvarer/menu
* God tone
* Genkendelighed
* Struktur
* Sidder pænt på stolen med benene nede
* Hjælpe andre ved bordet
* Deltage i borddækning/oprydning.
* De store dækker bord
* Spiser deres rugbrød når pålæg er spist.
* Snakke om maden:
* Du spiser pølse
* Du spiser gulerod
* Kan se det smager godt
* Osv
* Gøre tingene selv/hjælpe til:
* Fx tage vand, dække bord, smør selv – dem der kan
* Få lov til at smage på tingene
* Faste pladser
* Selvbestemmelse i valg af råvarer
* Smage forskellige råvarer/retter

Spisemiljø i børnehaven.

* Hjælpe hinanden – bede om
* Hjælpe hinanden
* Plads omkring bordene og børnene
* Brug af bestik
* Sociale relationer (sende rundt, ellers deles om opgaven)
* Eksperimenter med mad (smagsoplevelser, dufte, smage, kigges på)
* Snakke om maden – alle sanser
* Høste friske krydderurter, grøntsager
* Følge børnenes nysgerrighed
* Medbestemmelse
* 2 børn til at dække bord
* Medbestemmelse på råvarer
* Fællesskab
* Hygge – små stemmer
* Stille og rolige stemmer
* Bordvært
* Bordvært må rejse sig efter fx vand
* Faste pladser
* Smage på alt