**Faglig standard for mad og måltider i Børnehuset Strandbo**

Brøndby Kommune har udarbejdet, *Retningslinjer for mad og måltider i dagtilbud 2024-2030*samt *Fælles pædagogisk rammebeskrivelse for mad- og måltider i dagtilbud 2024.*

Det er kommunens mål herigennem *”at skabe gode forudsætninger for, at alle kommunens dagtilbud får sund og nærende mad, som giver dem energi til en hverdag med leg og bevægelse, samt at børnene får gode erfaringer med mad og måltider, hvor der er plads til samvær og fællesskab”* jf*.* fælles pædagogisk rammebeskrivelse for mad og måltider i dagtilbud.

I henhold til retningslinjerne for mad og måltider fremhæves det, at det primære ansvar for børns ernæring ligger hos forældrene. Men da børn i dagtilbud får dækket over halvdelen af deres daglige energibehov i dagtilbuddet, har vi som institution også et medansvar for at servere sund og ernæringsrig kost.

På baggrund af dette har vi udarbejdet en faglig standard for mad og måltider i Strandbo, som tager afsæt i Brøndby Kommunes retningslinjer for mad og måltider.

*Madordning*

Det er forældrebestyrelsen der hvert andet år træffer beslutning om, hvorvidt der skal være madordning for alle børn i Strandbo.

**Fødevarestyrelsens kostråd**

Overordnede principper for måltiderne tager udgangspunkt i fødevarestyrelsens 7 kostråd fra 2021, som *”udgør en fælles rettesnor til at få en sund og klimavenlig balance i det, vi spiser og drikker”* jf. fælles pædagogisk rammebeskrivelse for mad og måltider i dagtilbud.

De 7 kostråd er:

* Spis planterigt, varieret og ikke for meget.
* Spis flere grøntsager og frugter.
* Spis mindre kød – vælg bælgfrugter og fisk.
* Spis mad med fuldkorn.
* Vælg planteolier og magre mejeriprodukter.
* Spis mindre af det søde, salte og fede.
* Sluk tørsten i vand.

For at efterleve fødevarestyrelsens kostråd, stiller Brøndby kommune som krav, at al køkkenpersonale i daginstitutionerne i kommunen har uddannelse inden for madlavning og ernæring*.* For at leve op til dette krav har Børnehuset Strandbo en kostfaglig uddannet ernæringsassistent ansat til at varetage den daglige madlavning.

Det er vores ernæringsassistent, der har det overordnede ansvar for at sammensætte en sund, ernæringsrig og varieret kost. Dette sker også i samarbejde med leder og pædagoger ved kostmøder, hvor der tages udgangspunkt i årstidens råvarer.

Ernæringsassistenten informerer dagligt menuen for frokost og eftermiddagsmåltider på en tavle i vores fælles alrum.

Ernæringsassistenten holder sig løbende opdateret via netværksmøder på tværs af kommunen, kurser som f.eks. hos Meyers Madhus samt skal være opdateret på materiale fra fødevarestyrelsen.

**Måltiderne i Børnehuset Strandbo er i løbet af ugen varieret på følgende måde**

**Morgenmadsmåltidet** kan bestå af:

* Rugbrød med smør
* Havregryn og grove rugfras
* Havregrød
* Mælk og vand

**Mellemmåltidet** (kun i vuggestuen) kan bestå af:

* Brød med smør
* Lidt grønt eller frugt
* Vand

**Frokostmåltidet** kan bestå af:

* Rugbrød med pålæg og friskskåret grønt
* Suppe/grød
* Fisk/Kød
* Vegetarisk ret
* Vuggestuebørn tilbydes letmælk og børnehavebørn tilbydes vand

**Eftermiddagsmåltidet** kan bestå eksempelvis af:

* Frugt eller grønt
* Hjemmebagt brød
* Vuggestuebørnene tilbydes vand og børnehavebørnene tilbydes minimælk.

I Strandbo er der ingen børn, der skal gå og være sultne. Hvis et barn uden for måltiderne giver udtryk for, at det er sultent, tilbydes barnet lidt at spise i form af rugbrød.

I vuggestuen gemmes der mad til de børn, der sover ved måltiderne.

I hele huset sørger personalet for at børnene tilbydes koldt vand i løbet af dagen, både på stuerne og på legepladsen.

Ved ferie, kurser, sygdom mv. i køkkenet bestilles smørrebrød eller varmt mad i lokalområdet.

**Retningslinjer i forhold til sukker i Strandbo**

I fødevarestyrelsens kostråd fra 2021 frarådes tilsat sukker til børn under 4 år og råderummet for søde sager er begrænset til fire små portioner om ugen for børn i alderen 4-6 år.

Kommunalbestyrelsen i Brøndby kommune vil gerne give forældrene det lille råderum, der er for sukkerindtag og samtidig give forældrene muligheden for selv at afstemme deres barns sukkerindtag.

Derfor serveres der ikke søde sager og sukkerholdige drikkevarer i daginstitutioner i Brøndby og selvfølgelig heller ikke i Strandbo. Sukker betragtes som et krydderi, der bruges på samme måde som andre krydderier til at give smag og balance i maden.

Der må ikke serveres mad tilsat sødestoffer.

**Traditioner i forhold til mad i Strandbo**

*Fødselsdage* **-**  I Danmark forbindes fest og hygge oftest med kage, slik og is. Men vi bestræber os på, at fejrer alle børn med maner uden sukker og sødestoffer, men med pynt, godt humør og sang.

Til fødselsdagsuddeling i Strandbo må forældre medbringe:

* Bagværk uden tilsat sukker og sødestoffer
* Frugt – skal være udskåret og anrettet

Til fødselsdagsfejring hjemme i barnets hjem (Kun Børnehaven), må der serveres:

* Bagværk uden tilsat sukker og sødestoffer
* Frugt
* Rugbrød eller boller med pålæg, minus okse-, kalve- og lammekød
* Pizza, minus okse-, kalve- og lammekød
* Anden ret uden sukker og minus okse-, kalve- og lammekød

Alt mad, der medbringes af forældre eller serveres hjemme, skal meget gerne være økologisk, jf. Kommunale retningslinjer for mad og måltider 2024.

Det er væsentligt for os, at pointere, at det ikke er et krav at dele ud til fødselsdage eller at invitere børnehaven hjem. Vi kan sagtens afvikle en fødselsdag uden uddeling.

*Påske- og julefrokost*– Til påske og jul holder alle stuerne påske- og julefrokost for børn og personale. Ernæringsassistenten laver lækre fade til os med traditionel påske- og julefrokost mad. Det pædagogiske personale gør ekstra ud af borddækningen, der spises ved fællesborde på stuerne og frokosterne er altid en begivenhed børnene glæder sig til.

*Sommer- og julefest* **–** Hvert år holder vi i Strandbo både julefester og sommerfester for alle børn, forældre og personale. Fælles for festerne er fællesskaberne, den gode stemning og vores fælles måltid. Alle familier medbringer en ret hjemmefra, som serveres som buffet, så alle kan få lov at smage en masse forskellig mad.

Til arrangementer udenfor Strandbos lukketid gælder ikke regler fra *Retningslinjer for mad og måltider i dagtilbud 2024-2030*samt *Fælles pædagogisk rammebeskrivelse for mad- og måltider i dagtilbud 2024.*

**Velsmagende, klimavenlig og økologisk mad**

Brøndby kommune har med deres klima plan valgt at tage medansvar for at løse nogle af de klimaudfordringer, vi som samfund står overfor.

En del af kommunes klimaplan er blandt andet en ambitionen om, at maden i alle dagtilbud i 2030 skal udgør 90-100 pct. Økologi. Derudover har kommunalbestyrelsen besluttet med de nye mad og måltidsretningslinjer, at der ikke længere serveres okse-, kalve- og lammekød i Brøndbys dagtilbud, af hensyn til klimaet.

I Strandbo er vores ernæringsassistent særligt opmærksom på genanvendelse af mad, f.eks. kan rester fra tomatsuppen blive brugt til tomatboller osv. Det er med til at mindske madspild og skabe et mere bæredygtigt køkken, fordi vi mindsker vores forbrug, til det vi reelt bruger.

Madplanerne planlægges sæsonbetonet, så vi udnytter de ressourcer naturen giver os og samtidig er det med til at sikre en varieret kostplan med forskellige grøntsager og frugter præsenteret.

Der er et stort fokus på præsentationen af maden i Strandbo. Maden skal vække interesse hos børnene og gøre dem nysgerrige. Maden ses og duftes først og fremmest og det er derfor vigtigt, at få vækket syns- og lugtesansen først, så børnene får lyst til at blive nysgerrig i nye retter og madvarer som de måske ikke er blevet præsenteret for derhjemme og derfor er nyt og ukendt.

I Strandbo bliver man både præsenteret for ærteskud i suppen, ærteskudsmayonaise, bælgfrugter, forskellige spreds osv. Vi oplever, at børnene tager rigtig godt imod den nye mad, fordi der er fokus på farver i maden og æstetikken i præsentationen af maden. Derudover arbejdes der med det pædagogiske aspekt i at turde at smage ny mad igennem det ”pædagogiske måltid”.

**Det pædagogiske arbejde med mad og måltider**

I Brøndby kommunes dagtilbud spiser alt personale pædagogiske måltider med børnene. Et pædagogisk måltid er et symbolsk måltid, hvor personalet i forbindelse med f.eks. morgenmad, frokost og mellemmåltider spiser små portioner af det samme mad som børnene.

Formålet med pædagogiske måltider er, at de voksne i børnenes liv er rollemodeller og man ved, at voksne kan have en vigtig rolle i forhold til at understøtte børns viden om, og erfaringer med, mad og måltider. Vi smager, snakker og opmuntrer børnene til at smage maden og ved at vi spiser sammen om måltidet, har børnene en voksen, de kan spejle sig i. Det betyder også, at vi i Strandbo ikke spiser vores egen medbragte mad i måltiderne sammen med børnene.

*Retningslinjer for måltider i Strandbo*

I Strandbo:

* præsenteres og serveres alt mad på fælles fade og i skåle. Både for at maden æstetisk skal inspirere børnene, for at skabe en fælleshed i måltidet samt for at styrke lysten til at smage på så bredt et udvalg som muligt.
* serveres den samme ret flere gange. Det skal være med til at give børnene mulighed for at blive fortrolig med retten og for at vænne smagsløgene til nye råvarer og madretter.
* står maden på bordet, når vi spiser, så den er tilgængelig for alle børn. Alt efter alder øser børnene selv maden op på deres tallerkener og hælder af små kander. De børn der ikke selv formår at hælde eller øse selv, får støtte til at lære det af den voksne.
* bliver ingen børn tvunget til at spise noget, de ikke kan lide. Personalet inspirere og motiverer børnene til at smage på maden. Det kan ske ved at servere en lille portion på siden af tallerkenen eller i form af bitte små bidder. Det kan også ske ved det pædagogiske måltid, hvor den voksne udviser glæde og lyst ved at spise maden. Det bliver ikke italesat som en negativ ting, hvis barnet ikke kan lide den pågældende mad. Det er helt i orden, at der er ting barnet ikke kan lide.
* bliver ingen børn bedt om at spise op. Personalet taler med børnene om, at mærke efter i deres mave hvorvidt de er mætte eller er mere sultne.
* taler vi med børnene om, hvad det er vi spiser og hvor maden kommer fra. På den måde skabes et læringsrum hvor børnene får et større kendskab til den mad og de råvarer, vi indtager. Det kan være en snak om at mælken købes nede i supermarkedet, men at den kommer fra en ko osv. Det kan samtidig være med til at gøre børnene mere nysgerrige og madmodige.
* har vi fokus på at skabe et rart og trygt læringsmiljø omkring måltidet, hvor børnene føler sammenhørighed og det enkelte barn føler sig som en del af fællesskabet. Vi spiser i små grupper, så der er plads til samtaler og øjenkontakt. Ved bordene opmuntres børnene til at hjælpe hinanden. Der er altid en voksen ved hvert bord, der spiser med børnene. Dog får de største børn i børnehaven lov til selv at spise uden en voksen, som en forberedende læring til skolestart.
* har vi fokus på samtalen under måltidet. Samtalerne varierer alt efter hvilken gruppe af børn, den voksne sidder med. Den voksne hjælper samtalen i gang, understøtter og bidrager. Det er ofte her, der kan være tid til flere turtagninger og fordybende snakke på forskellige niveauer. Nogle grupper kan få læst en bog, som der bliver snakket om og lyttet til, dette er for at stimulere børnenes sprog og skabe en hyggelig stund omkring måltidet.
* hjælper de største børn vuggestuebørn med at dække bord. Det sker sammen med en voksen. Der sættes ord på hvad barnet skal gøre og det benævnes hvad ting hedder, både over- og underbegreber. Eksempelvis ’*Du skal hente bestik* (overbegreb) *og tage både en kniv, gaffel og/eller ske* (underbegreb)*’.*
* skiftes børnehavebørnene til at dække madvognen samt til at dække borde på stuerne. Ligesom i vuggestuen benævnes de ting vi bruger. Derudover er der fokus på, at børnehavebørnene tæller, når de tager glas, tallerkener mv. På den måde skabes et læringsrum for det at tælle ved måltidet.
* har personalet øje for barnets alder og udviklingstrin i forhold til, hvordan barnet spiser. Som udgangspunkt skal barnet, ligegyldig alder, altid tilbydes bestik. Brugen af dette varieres igen efter alder og udviklingstrin.

**Retningslinjer for børn med særlige allergier og kosthensyn**

Der kan være børn, der ikke tåler eller af helbredsmæssige årsager ikke spiser bestemte fødevarer, dette tages der hensyn til i Strandbo.

Der kan kun serveres specialkost, når **det skriftligt er ordineret af en læge** og er aftalt mellem forældrene, pædagoger, den daglige leder og ernæringsassistenten. Derved sammensætter ernæringsassistenten et alternativ til den almindelige kost.

Så vidt det er muligt sammensættes maden, så hele børnegruppen kan spise det samme.

**Inspiration til forældre**

Hvis forældre vil læse mere om mad og måltider for børn er følgende link anbefalet fra Brøndby kommunes mad og måltidsretningslinjer 2024.

* Madmodige børn –

<https://smagforlivet.dk/>

* Mad til små – fra mælk til familiens mad - <https://foedevarestyrelsen.dk/publikationer/2020/mad-til-smaa-fra-maelk-til-familiens-mad>
* Mad og måltider i dagtilbud og familien –

<https://eva.dk/dagtilbud-boern/mad-maaltider-dagtilbud-familie>