

Kostpolitik for Sankt Helene Børnehus



Kostpolitikken i Sankt Helene Børnehus er udarbejdet med baggrund i Gribskov Kommunes kostpolitik og fødevarestyrelsens kostråd. Kostpolitikken er drøftet og vedtaget i samarbejde med bestyrelsen i Sankt Helene Børnehus

De måltider der serveres i institutionen tager udgangspunkt i kostpolitikken. I videst muligt omfang er maden der serveres økologisk eller danskproduceret.

Der tages hensyn til religiøst foreskrevet kost, allergier og medicinsk ordineret specialkost.

Der serveres som udgangspunkt ikke kage, slik, is og andre sukkerholdige serveringer i samme kategori i børnehuset. Undtaget herfra er særlige lejligheder som f.eks. jul, fastelavn, påske, halloween mm.

I forbindelse med pædagogiske aktiviteter kan der produceres og serveres mad der ligger udenfor kostpolitikken.

Køkkendamen har ansvar for at det der serveres fra vores køkken er ernæringsmæssigt korrekt sammensat ifht. børnegrupperne. Der tages udgangspunkt i fødevarestyrelsens pjece "Anbefalinger for frokostmåltidets ernæringsmæssige kvalitet til børn i daginstitutioner".

Vi serverer følgende måltider:

Morgenmad, som består af hjemmebagt fuldkornsbaseret brød eller boller, rugbrød, smør, ost og frisk frugt. Havregryn, havregrød og cornflakes. Der drikkes mælk og vand til morgenmaden.

Formiddagsmad, som består af fuldkornsbrød, frisk frugt og/eller grønt. Der drikkes vand i børnehaven og mælk i vuggestuen til formiddagsmaden.

Frokost, som tilberedes af husets køkkendame, da Sankt Helene Børnehus har frokostmåltidsordning. Frokosten består af enten varm mad eller rugbrød med forskelligt pålæg.

Der ligger en madplan tilgængelig på børneintra. Børnene drikker vand til frokost.

Eftermiddagsmad, som består af fuldkornsbrød, frisk frugt og/eller grønt. Der drikkes vand til formiddagsmaden.

Børnenes fødselsdage:

Inviteres børnene hjem til fødselsdag, er det Jer som forældre, der bestemmer menuen. Vi opfordrer til, at I serverer med tanke på sukker, fedtindhold, fuldkorn, kulturelle forskelle og sund fornuft.

Jeres børn kommer til en del fødselsdage i løbet af året og derfor denne anbefaling.

Det er en god idé, at servere frokost frem for kun kage og boller og der findes et væld af inspiration til dette på internettet. Vi anbefaler at der max serveres 1 sukkerholdig ting.

Vi fejrer gerne børnenes fødselsdag i institutionen, hvilket kan ske ifbm. frokosten eller om eftermiddagen.

Forældrene må gerne deltage, alternativt kan børnene have noget med til at dele ud. Når det medbragte serveres i huset skal kostpolitikken overholdes.

Vi er også gerne behjælpelige hvad dette angår og anbefaler at I aftaler med personalet hvordan fødselsdagen afholdes og hvad der serveres.