

Kost og måltider i Herlevgård/Solsikken

I Herlev kommune er det besluttet pr. 1/1 2010 at alle børn i daginstitutionerne skal have fuld forplejning. Dette for at sikre at alle får et ernæringsrigtigt måltid som gør dem mætte og giver dem energi. I Herlevgård/Solsikken ser vi barnet som aktiv deltager i sin egen udvikling og dannelse og bruger måltidet som et pædagogisk rum, der giver det enkelte barn frihed og handlerum til at udvikle sine kompetencer både i.f.t sig selv og til fællesskabet.

Målsætningen for vores måltidspolitik:

- At give børnene en sund og varieret årstidsbestemt kost, så de får en stor del af de næringsstoffer, de har behov for, for at kunne udvikle sig bedst muligt
- At minimere børns sukkerindtag.
- At være så økologiske som det er muligt
- At lære børnene gode og sunde kostvaner
- At bruge måltidet som et pædagogisk rum, der skaber muligheder og lyst for det enkelte barn og børnegruppen.
- At skabe et roligt og hyggeligt samvær omkring måltidet
- At være ajourført med ny viden indenfor børneernæring, og løbende revidere egne målsætninger og arbejdsmetoder

I Herlevgård/Solsikken har vi 3 afdelinger og derfor 3 køkkener. Køkkener arbejder sammen så meget det er muligt. I køkkenpersonalets fravær er det det pædagogiske personale i institutionen der varetager produktionen af mad. Det gøres ved enten at lave maden i huset, eller bestille fra børnevenlige cateringfirmaer. Herlevgård/Solsikkens kost lever op til sundhedsstyrelsens anbefalinger, vi tager hensyn til særlige behov, det kan være religiøse behov, allergier eller speciel form for diæt, dog kræver dette en lægeerklæring.

Måltiderne i institutionen

Morgenmad:

Der er morgenmad til alle børn som er i institutionen inden 7:30. Morgenmaden består af grød, havregryn eller ylette, fordelt på forskellige dage. Der serveres rugbrød hver morgen.

Omkring kl. 8:30 serveres der et lille mellemmåltid som består af rugbrødsklapper, lidt grønt og vand.

Frokost:

Menuen ændre sig i løbet af ugen, men kan eksempelvis se således ud:

Mandag: Varm ret bestående af enten kød, fisk eller vegetarisk

Tirsdag: Rugbrød med forskelligt pålæg og en lun ret eller salat

Onsdag: Varm ret bestående af enten kød, fisk eller vegetarisk

Torsdag: Rugbrød med forskelligt pålæg og en lun ret eller salat

Fredag: Varm ret bestående af enten kød, fisk eller vegetarisk

Til frokost drikker vi altid vand.

Eftermiddag:

Hjemmebagte boller, rugbrød eller grovbrød, kartoffelbåde og koldskål samt frugt og grønt og let- eller minimælk og vand at drikke til.

Sødt i Herlevgård/Solsikken

Vores kost og måltidspolitik dækker hele vores åbningstid, dvs. at kost og måltidspolitikken også gælder når vi er ude af huset, eksempelvis til fødselsdage.

Til børnefødselsdage

For at minimere børnenes sukkerindtag i institutionen har vi besluttet af børnene må medbringe. Alt uden sukker. Det er vores erfaring at børnene godt kan lide:

- Boller
- Pølsehorn
- Frugt
- Figenstænger
- Grønsagsstænger
- Små rosinpakker

I perioder med skærpede hygiejneforhold kan det være et krav at det der medbringes hjemmefra er indpakket. Tal gerne med institutionen inden i medbringer noget

Vi gør opmærksom på at personalet til enhver tid må afvise det der medbringes, hvis det indeholder sukker.

Højtider i huset uden forældre

Vi har nogle forskellige traditioner hvor vi eksempelvis vil tilbyde børnene lidt popcorn, et lille chokoladeæg, lidt kakao, saft og is.

Arrangementer i huset

Til høstfesten vil der være kagebord hvor I forældre har bagt kagerne

Til luciafesten serverer vi æbleskiver og pebernødder.

Til disse to arrangementer er I forældre til stede og styrer selv jeres barns sukkerindtag.

For de børn der ikke har forældre med til Luciafesten serverer vi æbleskiver og lidt pebernødder.

Bag for en sag

Institutionen bager boller/brød og kage sammen med børnene, børnene kan få lov at smage. Ellers er det jer forældre der køber bagværket med hjem, eller spiser det henede sammen med jeres børn.

I fællesskab skaber en god og sund livsstil.