

# Kostpolitik



I Haderup skole og Børnehus mener vi som udgangspunkt, at det er forældrenes ansvar, at deres børn spiser og drikker fornuftigt. Vi vil dog meget gerne vejlede til en sund kost, og har også en holdning til, hvad børnene må indtage i skoletiden og i institutionen.

## **Formålet med skolens og børnehusets kostpolitik er:**

- At bakke op om gode madvaner hos børnene/eleverne med henblik på at fremme sundhed og velvære.
- At fremme læringsmiljøet igennem øget koncentration og energi.
- At understøtte gode spisevaner, i løbet af dagen

## **Sund kost:**

Vi opfordrer til at følge anbefalingerne fra sundhedsstyrelsen og fødevarestyrelsen.

[De officielle Kostråd - godt for sundhed og klima \(altomkost.dk\)](http://altomkost.dk)

Det er forældrenes ansvar, at barnet/eleven får en sund og varieret madpakke med.

Eleverne oplyses løbende i kost, motion og sundhed i relevante fag

Der opfordres til at skabe et positivt samarbejde om kostvaner mellem børnehuset, skolen og hjemmet.

Skulle barnets kost give anledning til bekymring hos personalet, vil vi tage en dialog med forældrene. Det kunne evt. være i samarbejde med sundhedsplejerske, som er tilknyttet Haderup skole og børnehus

# Kostpolitik

## Børnehus:

Der serveres morgenmad i Børnehuset

Forældre har ansvar for barnets madpakker.

Barnet skal medbringe madpakke til formiddag, frokost og eftermiddag. Gerne opdelt i tre. Der medbringes også en drikkedunk med vand.



En god og varieret madpakke kan indeholde:

- Rugbrød/groft brød
- Pålæg
- Frugt og grønt
- Små snacks som ostehaps, frugstænger eller müslibar osv

### EN SUND MADPAKKE

- 🍃 Grønt - gnavegrønt, salat eller pålæg
- 🍞 Brød - helst rugbrød eller groft brød
- 🍖 Pålæg - kød, ost eller æg
- 🐟 Fisk - mindst en slags fiskepålæg
- 🍌 Frukt - det friske og søde

Maden, barnet ikke spiser i løbet af dagen, kommer med i madkassen hjem igen.



# Kostpolitik

## **Arrangementer:**

Vi tager følgende forholdsregler, så vi sikrer de fødevarer børnene tilbydes:

- Grundig håndhygiejne
- Ingen håndtering af rå animalske fødevarer sammen med børnene - dog undtaget æg
- Når der serveres varm mad, opvarmes det til min. 75 grader

Hvis forældrene laver mad til arrangementer eller fødselsdage, skal disse forholdsregler overholdes.

## **Fødselsdage:**

Af hensyn til planlægning, aftales fødselsdage i god tid med personalet på den pågældende stue.

## **Allergier og andet:**

Skulle der være fødevarer barnet af en eller anden grund ikke må spise, tager vi naturligvis hensyn til dette.

# Kostpolitik

## Skole:

På Haderup skole fortsætter ønsket om, at barnet medbringer en sund og varieret madpakke, således at barnet har brændstof til læring og udvikling.

Når man bliver elev i overbygningen, er der mulighed for at forældre giver tilladelse til at man må forlade skolen i pauser og dermed gå til købmanden og købe mad. Det man må bringe tilbage til skolen fra købmanden, er god og varieret mad og drikke.

Følgende vare som ikke må medbringes på skolens område:

- Sodavand
- Energidrik
- Slush-ice
- Kage
- Slik
- Is
- Chips



## **Særlige lejligheder:**

Ved særlige anledninger såsom fødselsdage, må man selvfølgelig gerne dele noget ud.

Klasserne kan i samarbejde med klasselærer lave en ordning, hvor elever på skift kan medbringe frugt/kage i anledning af social hygge 1 gang i måneden.

Andre særlige lejligheder og ture ud af huset, må man også medbringe det, som aftales med på klassen.

Revideret marts 2023