



Alt i et-Skolen, Klinkby

Vuggestue, børnehave, skole og SFO

Kostpolitik for Alt i et-Skolen, Klinkby:

Vi vil på Alt i et-Skolen, Klinkby gerne være medvirkende til og samarbejde med hjemmene om, at vores børn får gode måltidsvaner og viden om sund kost efter fødevarestyrelsens gældende anbefalinger. (Se: www.altomkost.dk).

Overordnede mål:

- ☞ At skabe sunde kost- og måltidsvaner hos børn med henblik på fremme af sundhed og velvære
- ☞ At fremme børnenes koncentration og energi med henblik på øget udbytte af læring og samvær
- ☞ At forebygge kostrelaterede sygdomme på længere sigt

Delmål:

- ☞ At dagens struktur inviterer til, at børnene får spist deres mad, og at de oplever måltidet som noget selvfølgeligt og værdifuldt at samles om
- ☞ At vi skaber rammerne med madordninger, hvor børnene får sund og varieret kost, som opleves attraktiv og tiltrækkende
- ☞ At vi arbejder bevidst på en fælles forståelse af sund/usund mad blandt børn, personale og forældre
- ☞ At børnene har adgang til koldt, rent drikkevand

I praksis betyder det, at:

- ☞ Vi afsætter tid til måltiderne – 30 minutter i dagtilbud og 15-20 minutter i skolen – og prioriterer, at de skal være hyggestunder – børn og voksne sammen
- ☞ Vi forventer, at alle børn spiser morgenmad, enten inden de møder eller i dagtilbud og SFO
- ☞ Der er sunde retter, mælk og frugt både i skolebod og i dagtilbuddets madordning
- ☞ Vi opfordrer til, at skolebørnene medbringer sunde madpakker til frokostpausen og små "frugtmadpakker" til resten af dagen
- ☞ Alle børn har adgang til koldt vand. I skolen opfordres til at medbringe egen drikkedunk
- ☞ Vi fejrer fødselsdage på måder, som begrænser børnenes sukkerindtag, og som tager højde for børnenes alder:
 - I dagtilbuddet fejres børnene om muligt på den rigtige dag. Ønsker forældrene, der deles ud, opfordres til sunde valg eller maksimalt ét stykke kage, én flødebolle el. tilsvarende
 - I indskolingens fejres børnene om muligt på den rigtige dag. Ønsker forældrene, der deles ud, skal det være sunde valg, dvs. frugt eller grønsager
 - På mellemtrinnet fejres fællesfødselsdage maksimalt én gang månedligt. Ved disse uddeles ét stykke kage, frugt og saftvand.

Vedtaget i bestyrelsen

12.6.2017