

Dagtilbud Bankagers kostpolitik

Daginstitutioner er en vigtig del af den strukturelle forebyggelsesindsats mod livsstilssygdomme. Forskning viser at en tidlig indsats er afgørende for at børnene får smag for sunde madvarer og træffer gode valg ift. sund kost livet igennem.

Fakta

Kostordningen i dagtilbud skal være i overensstemmelse med de nye officielle kostråd. Op til 70% af børns energibehov dækkes i løbet af en dag i daginstitution og 97,5% af de 3-5 årige går i daginstitution i Danmark.

Ifølge WHO er overvægt en af de største trusler for folkesundheden og direkte kilde til de fleste livsstilssygdomme.

Hver 5. barn i 0-klasse får mindst en anmærkning fra sundhedsplejersken omkring mad- og måltidsvaner og hertil hørende udfordringer.

Derfor ligger der et kæmpe potentiale og ansvar i at sætte fokus på en tidlig indsats med sunde kostvaner.

Er der særlige madhensyn kan lederen af dagtilbuddet kontaktes med henblik på en dialog om de muligheder der er i forhold til for eksempel allergivenlig kost, fravalg af ikke- rituelt slagtet kød fx halal eller lignende.

De nye officielle kostråd

- ✓ **Spis flere frugter og grøntsager**
- ✓ **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**

I Dagtilbud Bankager følger vi sundhedsstyrelsen anbefalinger og tager dermed pædagogisk ansvar for børnenes sundhed, trivsel og udvikling ift. til den kost vi tilbyder dem gennem vores kostordning og i vores pædagogiske aktiviteter.

I forbindelse med afholdelse af fødselsdag bør kosten også være nærende, om end der selvfølgelig skal være plads til et festligt måltid. Det forventes derfor at forældrene ikke *både* serveres kage, is og saftvand. Det er grundlæggende forældrene, som bestemmer hvad deres barns kost skal bestå af, men når det drejer sig om uddeling, så bestemmer man pludselig også over andres børn.

Hvis fødselsdagen afholdes i hjemmet, der opfordrer vi til, at børnene ikke får slikposer med fra fødselsdagen. Fødselsdagen – og herunder bespisningen – stopper når vi går tilbage til institutionen.

I kan altid spørge personalet, hvis I er i tvivl.

Personalet deltager ikke i fødselsdage afholdt på McDonalds, Legeland eller lignende

Arrangementer i institutionen:

I forbindelse med afholdelse af arrangementer i de enkelte huse f.eks. bedsteforældredag og lignende, følges kommunens retningslinjer.

Arrangementer uden for institutionen:

I forbindelse med afholdelse af arrangementer udenfor institutionen **åbningstid**, fx arrangeret af aktivitetsudvalget, er nærværende måltidspolitik ikke gældende

Vi skal altid have fokus på at vise sunde alternativer og tage ansvar for børnenes trivsel og sundhed nu og i fremtiden.

Med venlig hilsen
Forældrebestyrelsen