



Måltider og kost i Solstrålen

Formål:

Vi ønsker en kostpolitik, der kan danne baggrund for en fælles holdning blandt personale og forældre, i forhold til børnenes måltider i Solstrålen. Der tages udgangspunkt i det enkelte barns behov.

Værdier for måltider i Solstrålen:

Måltiderne i Solstrålen er en aktivitet, hvor der er fokus på det sociale samspil og fællesskab. Overordnet lægges der vægt på at skabe en god stemning med tydelig struktur. Afhængig af børnegruppen/de enkelte børn, tilrettelægges de pædagogiske rammer.

Dette for at barnet oplever:

- At få så stor selvbestemmelse/selvstændighed som muligt, fx vælger de selv i hvilken rækkefølge, de vil spise deres mad.
- At spise af lyst til de mærker, de er mætte.
- At vi som voksne ikke værdisætter deres mad.
- At de voksne er tydelige rollemønstre uden pres /afledning.

Dagens måltider i Solstrålen:

- Vi serverer morgenmad i tidsrummet 6.30 til kl. 7.30. Den består af rugfrø, All Bran, havregryn, havregrød med mælk. Nogle børn medbringer selv en bolle eller lign. Der kan efter særskilt aftale medbringes andet.
- I afd. Sct. Bendts tilbydes madpakkerne ca. Kl. 9.30, kl. 11 og kl. 14
I vuggestuen tilbydes madpakker ca. Kl. 9.15, kl. 11 og kl. 14
I børnehavegruppen tilbydes madpakken indtil kl. 9, kl. 11 og kl. 14
- For børn der er småt spisende eller på anden måde udfordret ift. mad, tages der individuelle hensyn til hvornår de spiser.

I Solstrålen har personalet særligt kendskab til børn i udfordringer i forhold til måltider. Der arbejdes tværfagligt i institutionen og altid i tæt samarbejde med forældrene. Der tages altid udgangspunkt i det enkelte barns mestring:

- Børn der er særlig sansesarte og småt spisende. Her arbejdes med den sansemotoriske tilgang.
- Børn med motoriske udfordringer fx at tygge, synke/fejlsynke, savle med mere.
- Børn med sonde.
- Børn som følger særlige diæter fx Ketogen diæt med mere.

Vi ønsker i samarbejde med forældrene:

- At udvikle børnenes madvaner med henblik på at fremme sundhed og velvære.
- At sikre at børnenes ernæring i videst muligt omfang fremmer koncentration og energi for at give de bedst mulige betingelser for trivsel, leg og læring.
- En bevidsthed om de anbefalede kostråd. Det er altid forældrenes ansvar, hvad der er med i madpakken. Individuelle hensyn i forhold til forskelligheder.
- At overholde Sundhedsstyrelsens anbefalinger i forhold til den konsistens maden har til børn under 3 år. <https://www.sst.dk/da/viden/forebyggelse/forebyggelsespakker-til-kommunerne/maalgrupper-blandt-borgere/spaed--og-smaaboern>
- At lade os inspirere af Sundhedsstyrelsens anbefalinger, herunder mindsning af sukkerforbruget både i hverdagen og til fødselsdage.
- Ved fødselsdage aftales der med stuen personale rammerne for dette.

Hvis der opstår bekymring omkring barnets madindtag, skal personalet kontaktes, så vi sammen kan tage en drøftelse om dette, uden at barnet er til stede.

Udarbejdet i 2019 - revideret 5 januar 2022 på bestyrelsesmødet.