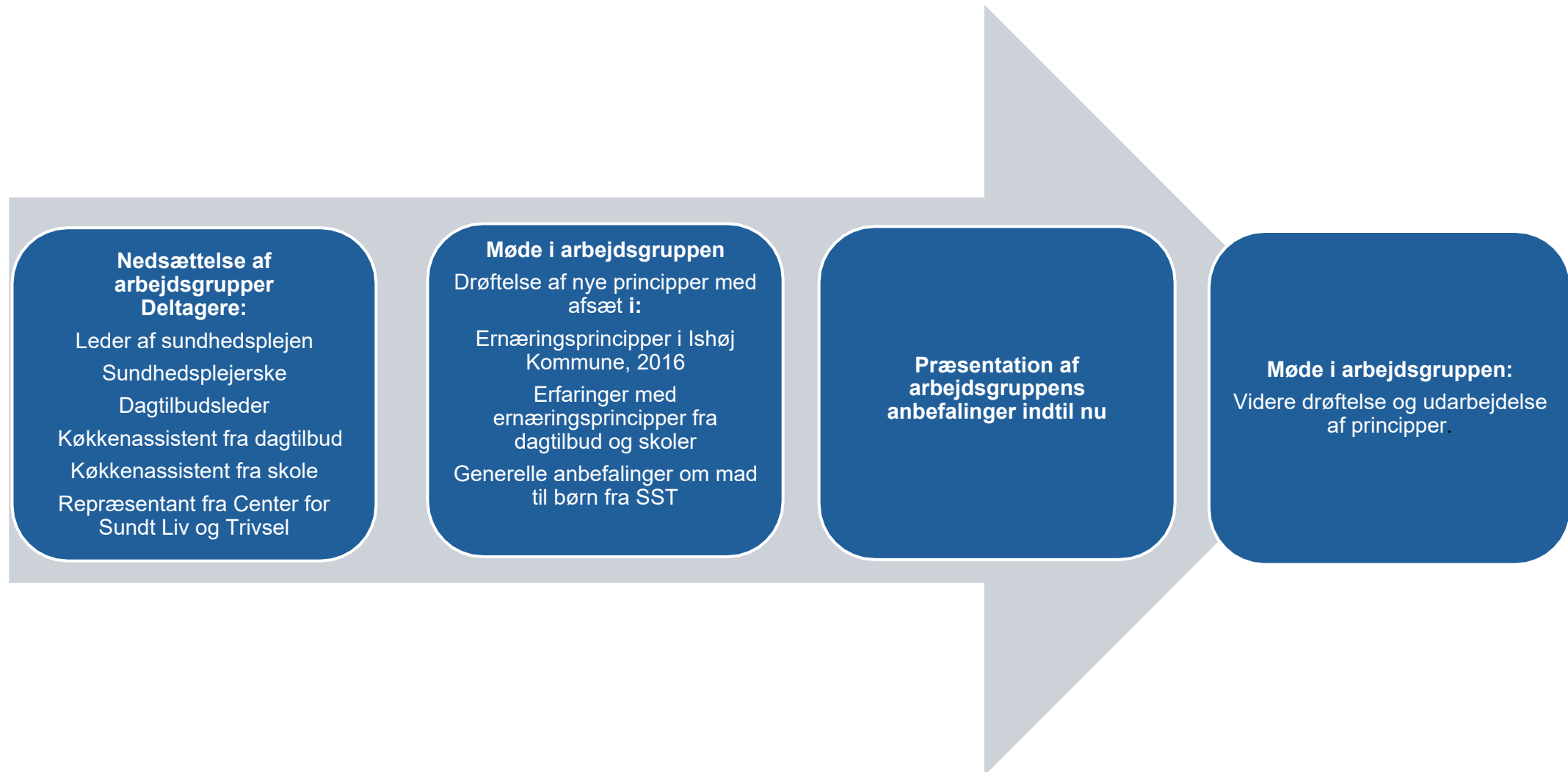


# Proces for arbejdsgruppe om "Ernæringsprincipper" ( Principper for mad og måltider i dagtilbud og skole)



# Ernæringsprincipper, 2016



## Ernæringsprincipper

1. Mangfoldighed i kosttilbud. Der serveres en varieret kost i kommunens dagtilbud og skoler, der tilgodeser alle forældres ønsker, således at der ikke af religiøse grunde på forhånd vælges nogle kosttyper fra
2. Regelmæssige måltider. Børn og unge skal helst spise regelmæssigt for at få dækket deres behov for energi, vitaminer og mineraler.
3. Ishøj Kommune følger Fødevarestyrelsens officielle kostråd.
4. Den mad, som tilbydes i dagtilbud, sfo'er, skoler og Ungdomsskolen, skal minimum være 50 % økologisk.
5. Madmod og madglæde. Mad og måltider skal være med til at sætte fokus på og udvikle børn og unges madmod og madglæde.
6. Maddannelse. Måltidet har en dannelsesmæssig betydning. En hyggelig atmosfære fremmer et socialt samvær og udviklingen af gode spisevaner.
7. Ishøj kommune sætter fokus på børn og unges deltagelse i madlavning.
8. Brug mindre sukker. Ishøj Kommunes dagtilbud, sfo'er, skoler og Ungdomsskolen arbejder bevidst på at reducere sukkerforbruget.
9. Specialkost skal være lægeligt begrundet.

# Mad og måltider i skoler og dagtilbud

Strategien "Det sunde liv for børn og unge i Ishøj" og strategien "Stærke fællesskaber" er retningsgivende for de følgende principper for mad og måltider i skoler og dagtilbud.

Børns trivsel er en fælles opgave for forældre og fagprofessionelle omkring børnene.

Ambitionen med principperne er, at børn og unge i Ishøj Kommune mødes i rammer, som tilgodeser, at der tilbydes mad og måltider, som opfylder de ernæringsmæssige anbefalinger for børns sundhed og samtidig bidrager med muligheder for fællesskab, deltagelse, læring og dannelse. Det er vigtigt, at antallet af principper er begrænset, så der er gode muligheder for, at medarbejderne kan udøve deres faglighed i forhold til mad og måltider.

#### Princip 4:

Madmod og madglæde  
Deltagelse og selvhjupenhed.  
Kultur omkring måltidet.  
Smag og forskellige  
præferencer

#### Princip 5:

Opmærksomhed på overgange  
i hverdagen og i barnets liv, fx  
fra hjem til dagtilbud og  
dagtilbud til SFO/skole  
Hvordan understøtter vi børn og  
forældre i det?

#### Princip 6:

Formidle og skabe forståelse  
for, hvor maden kommer fra.  
Opmærksomhed på at omsætte  
principper og servere mad, der  
er godt for sundhed og klima.



#### Princip 1:

Opmærksomhed på, hvis  
barnet har en  
lægedokumenteret allergi eller  
anden sygdom, som kræver en  
specialkost.

#### Princip 2:

Fokus på, at måltidet er mad og  
fællesskab.  
Nærvær, den gode stemning og  
rammer som understøtter  
fællesskabet.  
Opmærksomhed på, hvordan  
man afholder fødselsdag mhp.  
at mindske indholdet af sukker.

#### Princip 3:

Måltidet som en pædagogisk  
aktivitet og knyttet til det  
pædagogiske arbejde som et  
tværprofessionelt samarbejde  
(det pædagogiske og  
kostfaglige personale)  
Gode rammer med plads til  
fællesskab og tid til at spise.