



Boeslunde Børnehus



**Boeslunde Børnehus  
Hovstien 36  
4242 Boeslunde**

# Kostpolitik for Boeslunde Børnehus

## Formål

Slagelse kommune har en overordnet kostpolitik, som har til formål at:

- Fremme sunde kostvaner, herunder skabe forudsætning for social og individuel trivsel.
- Skabe en fælles ramme på kostområdet for alle børn og unge i kommunen.
- Kostpolitikken indgår i de enkelte institutioner og skolers dagligdag.
- Medvirke til kontinuitet ved skift fra den ene daginstitution til den næste.



I Boeslunde Børnehus ønsker vi at sætte fokus på børnenes kost, således at vi skaber en ramme for et sundt børneliv og god trivsel. Sunde børn bliver sunde voksne.

Sundhed handler ikke kun om sund mad og få sygedage, det handler om:

- Daglig bevægelse, ude som inde, God hygiejne og Læren om kost, tryghed og livsglæde, hvilket vi tilstræber at have som en integreret del af vores hverdag. Sundhed er livskvalitet.

Børnene skal tilbydes en sund og varieret kost, som skal være med til at give dem overskud til at deltage aktivt i hverdagen, sikre trivsel og være god grobund for indlæring.

Vi arbejder ud fra devisen om at:

***Bevidstheden om gode vaner skaber grobund for gode vaner i fremtiden.***

Som udgangspunkt skal alt medbragt mad være sund og nærende. For at gøre det mere enkelt for alle, har vi udarbejdet følgende vejledning omkring kost her i Boeslunde Børnehus, som vi forventer at forældre, personale og børn har forståelse for og bakker op om.

## Madpakker

Som hovedregel ser vi, at madpakken er fyldt med groft brød, sundt pålæg, grøntsager og frugt.



Barnet kan være med til at smøre madpakke, men det vigtigste er, at du som voksen tager ansvar og har overblik over madpakkens samlede sundhed. Madpakker sættes i køleskabet i garderoben (hver gruppe har en hylde)

## Yoghurt, kiks.....

Glitrende pakker med forskellige bars, mælkesnitte, kiks, yoghurt og muslibar ønsker vi **ikke**, at børnene har med i madkassen eller til eftermiddagsfrugt.



Det kan bruges til privat fredagshygge!! Ikke i madkassen. Tak! Skulle det alligevel ske, tager vi gerne en snak med om det.

## Slik

I Boeslunde Børnehus er slik uønsket. Særlige lejligheder ex. fødselsdage/familieførøgelse kan fejres med is, eller kage pyntet med lidt slik samt kakao eller saftevand.



Ved andre mærkedage ex. ferie/afslutning kan barnet uddele frugt, popcorn eller boller. Snak gerne med personalet før hvert arrangement.

## **Drikkevarer.**

Til morgenmad tilbydes mælk. Børnene får vand i deres medbragte drikkedunke dagen igennem. Drikkedunkene vaskes dagligt her i børnehaven.

Børnene skal ikke medbringe drikkelse, ej heller drikkeyoghurt eller smoothie.



## **Fødselsdage**

Barnets fødselsdag er noget ganske særligt.

Fødselsdagen kan holdes i børnehaven eller hjemme hos jer, hvis I har mulighed for det. Arrangementet aftales med personalet i god tid af hensyn til planlægningen i hele huset. Personalet har gode erfaringer omkring fødselsdagsmåltidets mængde, længde og indhold, bare spørg!  
Børnene skal ikke medbringe gaver.



## Praksis

- Mellem 06.00. – 07.30. tilbydes morgenmad som kan bestå af hjemmebagte grovboller, havregryn, cornflakes, rosiner, honning, ost, marmelade.  
Hertil serveres mælk. Vi ønsker ikke, at børnene medbringer morgenmadsprodukter hjemmefra.
- Over formiddagen kan børnene spise en mad fra deres madpakke.
- Ca. klokken 11.00. spises der madpakker.
- Ca. klokken 14.00. spises den medbragte frugt samt resterne af madpakken. Frugtposer lægges i kurv ved hver gruppe/stue.



## Tilbehør til madkasse/frugt

Følgende er alternativer til de glitrende pakker med forskellige bars, yoghurt osv. som vi ikke ønsker børnene medbringer.

FRUGTSTÆNGER	
TØRRET FRUGT	
NØDDER	
ROSINER	
OSTEHAPS	
KNÆKBRØD	
GRØNTSAGER	
PASTASALAT	
FRUGT	
BRØD	

Boeslunde Børnehus – Hovstien 36, 4242 Boeslunde  
Tlf.: 30 68 35 99  
[boeslundeboernehush@slagelse.dk](mailto:boeslundeboernehush@slagelse.dk)