

Princip for sund kost i børnehusets serveringer

Når Ebeltoft Børnehus serverer måltider eller mellemmåltider, er der taget udgangspunkt i Sundhedsstyrelsens kostråd. Herunder begrænset indtag af sukker, og i øvrigt så vidt muligt økologisk.

Vi lægger vægt på, at morgenmad og serveringer ifm. højtider, traditioner og særlige begivenheder så vidt muligt er økologisk, indeholder fuldkorn og med begrænset indhold af raffineret sukker. I vuggestuen arbejder vi ud fra sundhedsstyrelsens 0-sukkerpolitik, jf. Sundhedsstyrelsens anbefalinger til kost i alderen 0-2 år. I børnehaven begrænses sukkerholdig mad til særligt traditionsrige serveringer, samt der, hvor der foregår et pædagogisk arbejde med udvikling af mange forskellige kompetencer. Fx bagning og fra jord-til-bord-projekter, hvor børnene er engageret i et fællesskab. Der vil i denne sammenhæng vurderes hvornår vuggestuebørn inddrages i særlige traditionsrige serveringer, ud fra en pædagogisk vurdering.

Det fælles mål er, at vores børn forholder sig nuanceret til hvad god kost er og ikke forstår dette ud fra en skarp opdeling mellem sundt/usundt.