

Tryllestiens mad og måltids vision

I Tryllestien lægger vi vægt på, at børnene får en sund og varieret kost og inspireret af Hvidovre kommunes overordnede mad og måltidsvision. Målet er, at børnene får sunde spisevaner, undgår under/overvægt og problemer med tænderne. Vi ønsker, at det skal være hyggeligt at spise diverse måltider, og forsøger at lære børnene at spise "pænt" efter deres alderstrin og niveau i øvrigt.

Ligeledes lægger vi vægt på at holde sunde børnefødselsdage med mindst muligt raffineret sukker, hvilket vi beder jer forældre om at respektere. Hvis I vil tage noget spiseligt med, som barnet kan dele ud til de andre, skal det være noget sundt evt. boller og frugt, figenstænger, pølsehorn, pizzasnegle, ostehaps, rosiner m.m. Der må ikke medbringes søde sager så som kage, slik, chips eller is. Inviterer I os hjem til en børnefødselsdag er det samme retningslinjer der gælder.

På helt særlige lejligheder får børnene kage:

Det er til fastelavn, hvor der serveres fastelavnsboller.

Til vores årlige sommerfest, hvor vores familier har hjemmebag med. Til Tryllestiens fødselsdag d. 1. oktober, samt i december måned, hvor en pædagogisk aktivitet kan være julebag, og der kan også blive serveret æbleskiver.

Der tages hensyn til børn, der pga. allergi eller deres overbevisning ikke må få visse madvarer, men der laves ikke speciel mad, da der hverken er budget eller køkkentimer til dette. Der vil altid være mad jeres barn kan spise. Ligeledes serveres der kost til babyerne svarende til deres alder.

Morgenmaden består af havregryn, havregrød og brød med smør eller smøreost.

Formiddagsmaden kl. ca. 9.00 består typisk af rugbrød eller hjemmebagt brød med noget smørelse, samt gnavegrønt eller frugt til.

Madplanen kan være sammensat på følgende måde over en 2 ugers periode, så kostens sammensætning lever op til Fødevarestyrelsens anbefalinger: En fiskedag, en suppedag, en grøddag, en kødret, en grøn ret og en smørrebrødsdag.

Der serveres mælk og vand i institutionen, så derfor skal barnet ikke have drikkevarer med.

Til eftermiddagsmad serveres der hjemmebagte boller, pizzasnegle eller rugbrød og frisk frugt eller grønt.

Madplanen lægges i Tabulex, så forældrene har mulighed for at tale med deres barn om, hvad de skal have at spise, samt kan planlægge deres aftensmåltid ud fra denne.

Vi lægger vægt på at have en høj økologi procent, vi har nu fået guldmærke ud fra Fødevarestyrelsens kriterier og har en økologi procent på 97. Vi anvender friske og lækre råvarer, idet der tages udgangspunkt i årstidens frugt og grønt.

Pædagogiske overvejelser omkring madmod og det gode måltid.

Personalet spiser med børnene og det samme som børnene. For personalet er det et pædagogisk måltid, så vi er med til at give børnene madmod, ved at vise, at vi også kan lide maden og er med i måltids fællesskabet.

I personalets frokostpause kan personalet spise deres madpakke for at supplere det pædagogiske måltid.

Vi lægger vægt på, at det skal være rart og hyggeligt at spise sammen, og har fokus på madmod og selvhjulpenhed, hvor det er relevant.

Det vil fortrinsvis være i børnehavegrupperne og under frokostmåltidet, der er fokus på selvhjulpenhed. Vi har valgt, at de små børn ikke øser op af varm mad, som suppe og grød, og at det i perioder med mange små børn er de voksne, der øser op, fordi børnene er for sultne til at vente til de andre har øst op eller taget mad.

Stuerne har frihed til at planlægge og afvikle deres måltider, ud fra den børnegruppe de har på et givent tidspunkt og til at lægge vægt på særlige fokusområder.

Det kan f.eks. være, at der i vuggestuen i en periode er mange børn, der ikke er vant til at sidde ved bordet og spise, men de går til og fra bordet og bliver madet. Så kan indsatsområdet være, at der arbejdes på at sidde ved bordet sammen med de andre børn og voksne, og spise selv, i stedet for at blive madet, så man er en del af et fællesskab under måltidet og lader sig inspirere af, hvad de andre børn spiser, og derved får mod til selv at smage.

Køkkenmedarbejderne lægger en ære i, at servere varieret mad, der ser lækker og indbydende ud, ved at sammensætte og anrette det pænt, f.eks. at det indeholder flere farver. Efterfølgende er det op til det pædagogiske personale at præsentere maden for børnene og arbejde på, at det enkelte barn får lyst til at smage.

Vi lægger vægt på, at mad også er at bruge sine sanser gennem den måde det ser ud, dufter, smager, dets konsistens og hvordan det føles, når man rører ved det eller får det i munden.

Vi har en del børn, der er følsomme i forhold til de sansemæssige indtryk, når de smager ny mad eller som kun vil spise et begrænset antal retter eller råvarer derhjemme. Her arbejder vi på stille og roligt at udvide deres repertoire ved at opfordre dem til at smage det nye. Metoden er her afhængig af vores kendskab til det enkelte barn. Nogle børn vil gerne tage en lille smule op på tallerkenen selv, mens vi ved andre, skal lægge en lille skefuld på deres tallerken og lade som ingenting, og så smager de.

Det er os voksne, der bestemmer, hvad børnene skal spise, men barnet bestemmer selv, hvor meget det vil spise. Vi kan godt opfordre barnet til at spise, hvis de har travlt med alt muligt andet, men presser dem ikke, for vi ved, at der er aldrig langt til næste måltid.

Samarbejde omkring mad og måltidet.

Vi lægger vægt på, at det pædagogiske personale har et tæt samarbejde med køkkenmedarbejderne, og vi har gensidig respekt for hinandens faglighed og indsats.

Som en del af samarbejdet med køkkenet, har vi værter eller dukse blandt børnene, som går i køkkenet og henter mere mad eller er med ude og hente madvognen. De kender dermed vores køkkenmedarbejdere, som altid giver dem et positivt ord med på vejen, og er fortrolige med at komme i køkkenet og stolte over at skulle hente mere mad til deres kammerater.

Børn og personale kan komme med forslag til nye retter, men vi har aftaler om, at såfremt der er retter, børnene generelt slet ikke kan lide eller spiser, selv efter at smagt det mange gange, så er det ledelsen, der er i dialog med køkkenet om dette.

Det er fordi mad og smag er noget personligt, og vi ønsker ikke, at det er den enkelte medarbejders præferencer, der skal afgøre, hvad madplanen skal indeholde og så er det heller ikke rart som køkkenmedarbejder at gøre sig rigtig umage, for så at få at vide af flere medarbejdere, at de ikke bryder sig om maden.

Vi er i dialog med forældrene om, hvad deres barn spiser hjemme og hos os, når der er behov for det, og italesætter, at det at spise og være en del af fællesskabet og lade sig inspirere af de andre børn og voksne i Tryllestien betyder, at man ofte har mere madmod og vi ikke går ud og laver andet mad, hvis de ikke kan lide det, der serveres, bortset fra en rugbrødsmad, så de ikke går sultne fra bords. Derudover har vi ikke følelser i klemme i forhold til at blive påvirkede, hvis et barn ikke spiser så meget til et måltid eller flere.