



Kostpolitik

Skolefritidsordningen

Raklev Skole, 4. oktober 2021

Kostpolitik i Raklev Ude-SFO skal være en hjælp i det daglige. Den skal være med til, at børn får den energi og de næringsstoffer, de har brug for i løbet af dagen. Den skal hjælpe til, at børnene tilegner sig gode og varieret kostvaner. Vi vægter at mad gerne må handle om sociale relationer og smagsoplevelser. Vi forsøger at servere spændende og alsidig mad i en hyggelig atmosfære ude og inde.

Allerede fra morgenstunden fastholder vi, at maden er ernæringsrigtig og bliver serveret i hyggelige og trygge omgivelser.

Til morgenmaden serveres:

- Boller, rugbrød og gryn. Hver fredag er der hjemmebagte boller
- Mælkeprodukter
- Pålæg og syltetøj
- Fredag er der mulighed for en kop kakao, og pålægschokolade

Til cafémad om eftermiddagen, inddrages børnene så vidt muligt med planlægning, tilberedning og oprydning, og indgår derfor i et naturligt fællesskab med de voksne. Dvs. barnet får et indblik i processen fra ide til færdige resultat.

Vi servere til cafémad:

- Mad der smager godt.
Ved at lade børnene deltage i planlægningen, og blive inspireret af input og gode ideer.
- Mad fremstillet forsvarligt.
Ved at lære børnene om hygiejne omkring tilberedning af forskellige madvarer, ude som inde.
- Mad der er tilberedt på bål mindst 1 gang om ugen.
Ved at give børnene en helhedsoplevelse gennem tilberedningen, bål, fællesskab og sanserne.

Vi bruger som udgangspunkt årstidens frugt og grønt, bager af og til selv brød, er økonomisk og økologisk bevidst, samt prøver at begrænse madspild.

Det er altid muligt at få vand at drikke. Vi opfordrer dog til at børnene medbringer deres egen drikkedunk.

Ved særlige og festlige lejligheder, er der mulighed for kage, saft eller andre søde sager.