

Mad og måltidspædagogik for Børnehuset Bakkebo

2025



I Børnehuset Bakkebo har vi, sammen med forældrebestyrelsen, valgt at vi skal tilbyde et "Sundt Frokostmåltid" til alle børn i institutionen.

Med udgangspunkt i Aabenraa Kommunes kostpolitik har vi i Børnehuset Bakkebo udarbejdet vores egen mad og måltidspolitik, som gælder for alle indmeldte børn.

Overordnet lægger vi vægt på at:

- Være med til at give gode oplevelser med mad og måltider gennem leg, sansning og læring
- Skabe et fundament for børns sundhed og trivsel
- Der skabes en god stemning under måltidet
- Maden serveres i en tryk atmosfære i rare omgivelser
- Maden er veltilberedt, smager og dufter dejligt
- Maden har høj ernæringsmæssig værdi og er sammensat på en måde, der passer til børnenes alder
- Maden tænkes ind i traditioner, så der skabes rum til at fejre højtider, fødselsdage og andre festligheder

Vi har forældrebetalt frokostordning i både vuggestuen og børnehaven. Vi tilbereder sund og varieret kost efter Sundhedsstyrelsens anbefalinger.

I Bakkebo

- Bruger vi økologiske råvarer samt årstidens frugt og grønt.
- Har vi det Økologiske Spisemærke i guld. Det betyder at 90-100 % af vores råvarer er økologiske.
- Børnene får vand til middagsmåltiderne og mælk til øvrige måltider. Vand er let tilgængelig og tilbydes også mellem måltiderne - særligt i sommerperioden.

Maden tilberedes af vores køkkenleder og køkkenassistenter. Hver uge udarbejdes der en madplan, der hænges på stuerne og udenfor køkkenet.

De aktuelle takster for madordningen kan ses på Aabenraa Kommunes hjemmeside: <https://www.aabenraa.dk/borger/boern-og-familie/dagtilbud/takster-for-dagtilbud-til-boern/>



Dagens måltider

Det er vigtigt, at børn får et morgenmåltid, der giver en god mæthedsfølelse og energi til at klare dagen. Derfor forventer vi, at børnene har spist morgenmad inden de møder i institutionen.

I vuggestuen tilbyder vi et supplement til morgenmaden til de børn, der har været tidligt oppe. Det er et lille mellemmåltid, som består af rugbrød med smør og frugt/grønt og serveres mellem kl. 8.00 og 8.20.

I børnehaven tilbydes ligeledes et supplement til morgenmaden til dem, der har været tidligt oppe, det serveres fra kl. 7.30 ryddes væk kl. 8.00.

I vuggestuen serveres der varmt måltid mad i tidsrummet omkring kl. 10.40–11.00, og i børnehaven spiser børnene frokost ca. kl. 11.00.

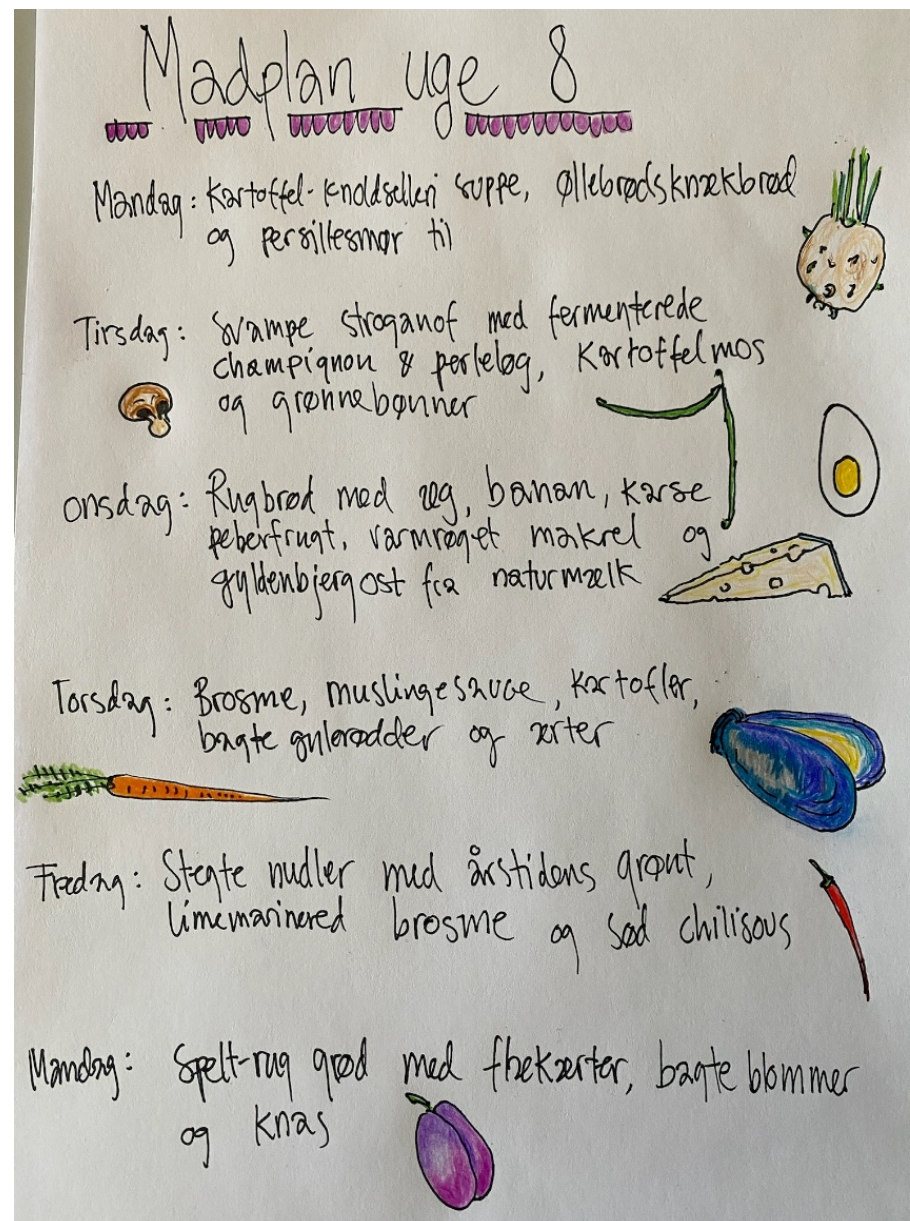
De yngste børn tilbydes måltidet efter deres eget behov og soverytme.

Om eftermiddagen får børnene et eftermiddagsmåltid fra kl. 13.30, det er som oftest friskbagt brød med smør eller smørepålæg, årstidens frugt og grøntsager.

Der serveres vand til alle måltider, og til formiddag og eftermiddagsmåltider serveres der letmælk til vuggestuebørnene og minimælk til børnehavebørnene. Børn under 1 år tilbydes modermælkserstatning. Ønskes der et andet mærke end det vi tilbyder, skal det selv medbringes.

Særlige hensyn

Tal med køkkenlederen og stuen, hvis der er særlige hensyn, der skal tages til maden f.eks. allergier.



Fødselsdage og traditioner

I vuggestuen serverer vi økologisk frugtsorbet med frisk frugt til.

I børnehaven laver vi meget gerne popcorn til fødselsdage, og hvis I ønsker at medbringe noget, skal I lave en aftale med personalet på stuen.

Det samme gælder, hvis I ønsker at invitere hjem til fødselsdage. Vi vejleder gerne i, hvad der er velegnet at servere.

Måltidspædagogik

Måltidet er en hverdagsaktivitet, der udgør et pædagogisk læringsmiljø, som åbner for, at børn kan trives, lære, udvikle sig og dannes.

I Bakkebo har køkkenpersonalet sin gang på stuerne under måltiderne. Det er med til at give viden om, hvad børnene er optaget af, og det giver inspiration til, hvad der skal på tallerkenerne, så det bliver tilpasset den hverdag, der er på stuerne.



Før, under og efter måltidet.

Vi bruger måltidet til at inddrage børnene både før, under og efter måltidet som en del af hverdagspædagogikken.

F.eks.

- Tælle tallerkener, glas og bestik
- Dække bord på stuen
- Præsenterer maden på stuen
- Snitte og hakke grønsager når vi laver bålmad
- Snakke om hvad vi skal spise inden det kommer ind på stuen
- Af og oprydning
- Tørre bord af
- Stable tallerkener
- Køre rulleborde til køkkenet
- Feje gulve

Vi prioriterer, at der er god tid til måltidet, som foregår i legende trygge rammer med god pædagogisk "bordskik". Børnenes selvhjulpenhed udvikles, når de selv øser maden op, og når barnet selv er med til at bestemme, hvad der skal ligge på tallerkenen, og hvilken rækkefølge det skal spises i.

Vi fokuserer på sanseoplevelsen, der skal være tid til at mærke, dufte og smage på maden.

Der skal være respekt for, at barnet kan være sig selv og være en del af fællesskabet under måltidet.



Vi tænker mad og måltider ind i temaerne for de pædagogiske læreplaner.

- Alsidig personlig udvikling
- Social udvikling
- Kommunikation og sprog
- Krop, sanser og bevægelse
- Natur, udeliv og science
- Kultur, æstetik og fællesskab

Vi tænker sanse/smagsoplevelse ind og er nysgerrige på hinandens oplevelser, for

ingen har den samme smagsoplevelse. Vi taler om, hvad vi spiser under måltidet og følger børnenes spor, så børnene kan få et nuanceret sprog omkring måltidsoplevelsen. Mere end det der handler om "jeg kan lide/jeg kan ikke lide".

Vi sår, planter og høster et udvalg af afgrøder i naturen omkring institutionen og i vores kolonihave. Vi laver mad over bål, spiser madpakker i naturen. Vi laver en dej – og undersøger hvad der sker med dejen når den hæver☺ Vi spiser blåmuslinger og får lov til at pille muslingen ud af skallen, og vi undersøger, hvor mange pastaer, der kan være inde i skallen bagefter.

Præsentation af maden – sensorik

Vi sørger for, at maden serveres i passende skåle, så børnene selv kan øse op.

Når maden planlægges, tænker vi på forskellige konsistenser på maden og farven på de forskellige elementer, så måltidet opleves indbydende og stimulerer de forskellige sanser.

Sammen om maden

Tryghed:

Børn skal være trygge ved spisesituationen. Dette gøres ved at undgå tvang og pres men lægger vægt på nysgerrighed, at have tålmodighed og tillid til at børnene udvikler sig med støtte fra de voksne. Det er vigtigt, at børnene får en god oplevelse ved bordet, så de forbinder det med at sidde sammen og spise som noget rart.

Tålmodighed/Tilvænning:

Det kan tage lang tid at vænne sig til nye råvarer og smage. Som voksen skal man acceptere, at råvarerne, for nogle børn, skal serveres mange gange før de har mod på at spise det. Dertil skal man huske, at blot det at de rører, dufter eller blot nipper til en fødevarer eller ret er en succesoplevelse.

Tilgængelighed:

For at udvide børns råvarekendskab, madmod og maddannelse er vi nødt til at præsentere dem for de forskellige fødevarer og retter gennem deres opvækst. Når der kommer nye råvarer og retter på bordet, er der samtidigt trykke og genkendelige elementer, som børnene også kan

spise. Det er igen vigtigt at huske, ikke at lægge et pres på børnene, men blot være med til at skabe interesse og nysgerrighed for maden, og lade børnene selv sætte tempoet.

Tillid:

For at skabe en god oplevelse, er det vigtigt, at vi som voksne har tillid til børnene og omvendt. Ved at støtte børnene i at stole på deres egne indre signaler om mæthed og sult, er vi med til at bidrage til at børnene får et positivt forhold til mad. Barnet er den eneste, der ved, om det er sulten eller mæt, og vi respekterer barnets evne til selv at mærke efter.

Det pædagogiske måltid:

I Bakkebo spiser det pædagogiske personale et pædagogisk måltid sammen med børnene.

