



KØGE KOMMUNE

Det gode måltid i dagplejen

Måltidet er en vigtig del af børnenes hverdag i dagplejen og derfor har det en væsentlig betydning, at børnene tilbydes en sund, nærende og varieret kost.

Kost i dagplejen er mere end blot at spise sig mæt. Måltidet er en del af den pædagogiske hverdag og en pædagogisk rutine og vi lægger stor vægt på pædagogikken og kulturen både før, under og efter selve måltidet.

Igennem sund og varieret kost, bevægelse, leg og aktivitet, er vi med til at skabe rammerne for børnenes udvikling, sundhed og trivsel.

Vi arbejder ud fra Måltidsblomsten, vores fælles målsætning for det pædagogiske måltid.

Sukker:

I det daglige serveres der ikke sukkerholdig mad og drikke. Ved festlige lejligheder kan der serveres lidt sødt, men vi henstiller til at finde sunde alternativer.

Morgenmad:

Der serveres morgenmad indtil kl. 7.30, det kan f.eks. være havregrød eller en bolle.

Mellemmåltider:

Børnene tilbydes formiddagsmad og eftermiddagsmad. Det kan f.eks. være boller, rugbrød og frugt/grønt.

Frokost:

Til frokost serveres som oftest rugbrød med div. pålæg, frugt og grønt. Der kan også indimellem serveres varm mad til frokost.

Økologi:

I dagplejen er mindst 50% af kosten økologisk



Kultur og pædagogik ved måltiderne:

Måltidet er en hverdagsaktivitet, en hverdagsrutine, der udgør et pædagogisk læringsmiljø. Børn spejler sig i deres omgivelser og derfor skal dagplejeren være den gode rollemodel, i forhold til at udvikle børnenes vaner, færdigheder og kompetencer ved måltidet.

I dagplejen lægger vi vægt på, at måltidet er en positiv oplevelse for børnene og at de gradvist bliver fortrolige med forskellige smags- og sanseindtryk og de får derfor mulighed for at lugte, føle og smage på maden. Det er en del af deres udvikling, at de leger og undersøger den mad de spiser.

Det er vigtigt, at der er en god stemning under måltidet, der hyggesnakkes og børnene opfordres til at være aktivt deltagende, både før, under og efter måltidet, da det også er med til at styrke deres selvhjulpenhed.