

Sukkerpolitik i Under Bøgen

Forældrerådet har besluttet, at snacks og søde sager er tilladt ved særlige lejligheder i Under Bøgen. Det har vi gjort med afsæt i Fødevarestyrelsens publikation i ["Sød balance – sammen om sunde vaner"](#).

Vi er klar over og anerkender, at der er meget forskellige holdninger til sukker. Fødevarestyrelsen fraråder ikke sukker, men anbefaler, at alle uanset alder højst får fem håndfulde snacks og søde sager om ugen. Det handler om balance, hyppighed og mængder.

På den baggrund vil det i Under Bøgen kunne forventes, at der serveres sukker ved traditionsfejring og samt ved behov for forøget væskeindtag på meget varme sommerdage, og når personalet laver varm kakao over bål på kolde dage.

Mængden på en uge vil ikke overstige fem håndfulde, og det er vigtigt at understrege, at der som hovedregel ikke serveres sukker i Under Bøgen i hverdagen.

Hvad kan I forvente ved særlige lejligheder?

Fastelavn

Til fastelavn slår vi katten af tønden. I tønden er der en figenstang og en lille portion saltskruer til børnene. Derudover bager forældre fastelavnsboller, så der er en til hvert barn. Bollerne vil være pyntet med glasur. Hvis dit barn/børn ikke må få en bolle med glasur, skal der gives besked til personalet.

Sommerfest

Til sommerfesten medbringer forældre retter til et tag-selv-bord. Her opfordres til et varieret bord, med et bredt udvalg af både, frugt, gnavegrønt, kage, pølsehorn osv. Der vil derudover blive serveret saftvand til festen.

Børnehavebørns afslutning

Storbørnsgruppen holder en fælles afslutning med en fælle isbod. Alle børn i skolegruppen, tager noget med til isboden, som de deler ud til resten af børnehaven.

Halloween

Til halloween bager forældre halloween-boller, så der er en til hvert barn. Bollerne vil være pyntet med glasur. Hvis dit barn/børn ikke må få en bolle med glasur, skal der gives besked til personalet.

Jul

I december måned får børnene en pebernød i forbindelse med samling. Til julefesten serveres æbleskiver med flormelis og syltetøj. Derudover vil forældrerådet stå for en lille godtepose til alle børn.

Fødselsdage

Vi vil gerne fejre børnenes fødselsdage i Under Bøgen. Forældrene er velkomne til at komme og være med til at fejre børnene. Vi vil fejre fødselsdagen til børnemødet kl. 8:45.

Hvis I har lidt lækkert med til børnene, så opfordrer vi til at holde det inden for rammerne af Fødevarestyrelsens anbefalinger. Hvis I for eksempel medbringer kage, servere ét stykke pr. barn.

I vuggestuen opfordrer vi til at undgå sukker og i stedet medbring frisk frugt, frugtsalat, tørret frugt, grovboller, bananpandekager, pizzasnegle eller figenstænger.