

Politik for madpakker, fødselsdage og afslutninger for vuggestuen Lindenbergvej

Vi har i forældrerådet debatteret hvordan vi kan være med til at sikre en sund og nærende kost for børnene gennem hele dagen i Vuggestuen Lindenbergvej. Der er bred enighed om, at vi ønsker at reducere indholdet af sukker i børnenes madpakker. Vi har i samarbejde med personalet besluttet følgende retningslinjer, som vi håber I som forældre vil bakke op om: Madpakkerne bør ikke indeholde sukkerholdige fødevarer, så som:

- kakao
- sukkerholdige yoghurter
- mælkesnitter
- chokoladekiks
- kager
- slik
- andet med højt sukkerindhold

Fødselsdage og afslutninger: Ved afholdelse af fødselsdage og afslutninger i vuggestuen har vi besluttet, at der må serveres en lille snack til hvert barn. Det kan være osthaps, frugtstænger, stykker af frugt eller boller, som gerne må være med og uden smør og evt en lille klat glasur på toppen.

Anbefalinger: Til madpakkerne kan vi anbefale at kigge efter nøglehullet og fuldkornslogoet på madvarerne, hvilket gør det nemmere at vælge sundere fødevarer.

Derudover kan vi f.eks. anbefale:

- Rester fra aftensmaden
- Rå og kogte grøntsager
- Rugbrød eller grovboller
- Frugt
- A38

Mere information og inspiration: Vi henviser til Sundhedsstyrelses hjemmeside, www.sst.dk for retningslinjer til anbefalinger af børns kost. Som inspiration til sunde madpakker kan vi anbefale: www.sundemadpakker.dk hvor der er masser af opskrifter at finde til både børn og voksne.

Kontakt gerne personalet eller en repræsentant fra forældrerådet, hvis I er i tvivl eller har spørgsmål.

Med venlig hilsen, Forældrerådet i Vuggestuen Lindenbergvej.
Vinter 2022