

Madglæde og Madkultur i Kalø Skovbørnehus

Madglæde

Madglæde er det grundlæggende begreb i Skovbørnehusets madkultur.

Børn skal møde og glædes over en bred og mangfoldig kost.

Mad er nødvendigt, mad er godt, mad er spændende, og vi opfordrer til at der vedvarende arbejdes med mad-modighed og med et mangfoldigt udbud af mad i Skovbørnehusets dagligdag.

Vi har en særlig opmærksomhed på den måde vi italesætter mad, uden at gøre bestemte fødevarer til hverken noget særligt ophøjet eller til noget forkert.

Et stykke kage, et vildæble fra skoven, en ristet fjordreje eller en varm suppe i vinterskoven kan noget på forskellig vis.



Økologi og dyrevelfærd

Vi har taget et aktivt økologisk valg. Vores faste basale madvarer indkøbes så vidt mulige økologiske. Dvs. havregryn, brød, knækbrød, pålæg, mejerivarer, frugt og grønt mm.

Kød og kødvarer køber vi også gerne økologisk, men som minimum frilandskød/velfærdskød. Begge dele i det omfang det kan skaffes i det ugentlige indkøb.

Vi har ikke krav til økologi i forhold til snacks og til bålmad, og heller ikke til mad og drikke til særlige lejligheder og arrangementer. Hverken det vi selv laver, eller det som forældre og andre medbringer.

Men vi opfordrer også gerne her til økologi og dyrevelfærd, hvis det er muligt.

Søde sager

Det er væsentligt at få dagen i skoven til at virke godt for alle, herunder at tage hensyn til børnenes forskellighed i evne til at holde varmen og finde fysisk og mental energi til leg og vandring i skoven. Nogle gange kan en snack i skoven gøre forskellen.

Sukker og sukkerholdige fødevarer kan på den baggrund i begrænset mængde indgå i mad og drikke i Skovbørnehusets hverdag.

Arrangementer

Vi forholder os ikke til børnenes madindtag ved arrangementer, hvor forældrene overtager ansvaret for eget barn. For eksempel forældre kaffe, høstfest, støtteforeningens arrangementer og naturligvis børnefødselsdage uden for børnehavetiden. I disse situationer er det forældrene der regulerer, med hensyntagen til den sunde fornuft.



Mad-bidrag fra forældre og fra andre

Vi modtager altid med glæde sprøjtefri frugt, grønt, brød og lignende, og også alle slags mad, kage, brød etc. til arrangementer. Vi siger dog pænt nej tak til at der medbringes kage eller andre søde sager i hverdagen, uden særlig anledning eller aftale.

Maden i dagligdagen

I det følgende har vi beskrevet vores daglige mad i børnehavegrupperne og i vuggestuen. Der kan være variation på enkelte dage, men det følgende er vores basismad:

Børnehavegrupperne:

Morgenmad (Klokken 6:30-7:30) Havregryn med mælk og havregrød. Dertil kan vælges en topping/drys i moderat mængde: Kanelsukker eller sukker, og en smørklat, hvis barnet ønsker det.

Formiddagsfrugt

Rugbrød, frugt og grønt.

Madpakker

Til frokost spiser børnene madpakker som de har med hjemmefra. Børnene medbringer hver dag en drikkedunk med vand, som vi genopfylder efter sæson og behov.

Eftermiddagsmad

Rugbrød og knækbrød med pålæg.

I mindre grad kan der fra tid til anden serveres en mad med sødt pålæg som honning, marmelade eller frugtpålæg.

Og så suppleres der med:**Bålmad**

Grupperne tilbereder indimellem mad på bål eller Trangia, som en del af den pædagogiske praksis og madkulturelle hverdag. Maden kan erstatte et måltid. Det kan være mange retter, men for eksempel frikadeller, pasta med kødsovs, hotdogs, stegt torskerogn på rugbrød, skov-sankede madvarer, vildt og diverse bålgryder.

Snacks

Imellem måltiderne kan der nogle dage være snacks med det formål at sikre at dagen i skoven virker godt for alle børn i gruppen. Snacks i børnehaven kan f.eks. være: Frugt, grønsager, popcorn, majs-kiks, ostestave, te med lidt honning, varm kakao, varm æblejuice, pandekager (med urter, marmelade, peanutbutter, banan etc), havre-kiks, müsli-kiks, chokolade-kiks, ris-kiks (med og uden chokolade), dadler eller andet tørret frugt. Søde snacks i begrænset mængde.

**Fødselsdagsfejring i Skovbørnehusets Børnehavegrupper**

I Skovbørnehuset fejrer vi fødselsdage med flag og sang.

Det er en mulighed at have noget med til uddeling, blot det er aftalt med gruppens voksne forinden.

Vi siger pænt nej tak til slik og slikposer, men ellers ja tak til de meste. Det kunne f.eks. være: Boller, muffins/kage (et stykke til hver), pølsehorn, ostehapser, frugt og bær, bananbrød, frugtstænger, dadelkugler etc.

Vuggestuen:

Morgenmad (Klokken 6:30-7:30) Havregryn med mælk og havregrød. Dertil kan vælges en topping/drys i moderat mængde: Kanelsukker eller sukker, og en smørklat, hvis barnet ønsker det.

Formiddagsfrugt

Frugt og grønt. Nogle gange også brød med smør.

Madpakker

Til frokost spiser børnene madpakker som de har med hjemmefra. Børnene medbringer hver dag en drikkedunk med vand.

I forhold til madpakken for vuggestuebørnene henviser vi til fødevarerstyrelsens anbefalinger til aldersgruppen 0-2 år, herunder at der ikke må være tørret frugt, nødder og rå grøntsager såsom gulerødder i madpakken. Vi beder også om at frugt og grønt er skåret ud, så det ikke kan sætte sig fast i halsen og udgøre en kvælningfare. Vi ved at nogle af de ældste børn kan indtage disse ting inden for hjemmets fire vægge uden problemer, men i vuggestuen er der også yngre børn. De kan sagtens hapse mad som er faldet på gulvet eller ligger i en vens madpakke. Hvis man er i tvivl om indholdet i madpakken, kan man altid spørge medarbejderne. Vi vil meget gerne hjælpe, inspirere og vejlede.

**Eftermiddagsmad**

Almindeligvis brød med ost, kyllingepølse, leverpostej og smør.

Og så suppleres der med:**Snacks**

Imellem måltiderne kan der nogle dage blive serveret lidt ekstra frugt eller brød til de børn, som er sultne. Det gør sig særligt gældende om eftermiddagen, hvor nogle af de sene børn kan blive sultne eller har brug for lidt ekstra energi til at klare resten af dagen.

Af og til laver vi pandekager sødet med banan eller lignende, eller smoothies til børnene i vuggestuen. Altid serveret i moderate mængder.

Fødselsdagsfejring i Skovbørnehusets vuggestue

I Skovbørnehuset fejrer vi fødselsdage med flag og sang.

Det er en mulighed at have noget med til uddeling, blot det er aftalt med gruppens voksne forinden.

Vi siger pænt nej tak til slik og kage i vuggestuen, men ja tak til: Boller med smør, pølsehorn, frugt og bær, bananbrød, dadelkugler, ostestave etc.

**Allergier, intolerance og særlige hensyn**

Hverdagen skal kunne håndteres i de enkelte grupper og vi er et fællesskab.

Vi respekterer religiøse madregler og også hvis børn spiser vegetarisk kost, men derudover tager vi i udgangspunktet ikke særlige kosthensyn til enkelte børn og familier, bortset fra det indlysende: Hvad kan barnet lide, hvad fungerer godt i hverdagen og hvordan understøtter vi madglæden for det enkelte barn.

Hvis et barn har, eller afprøves i forhold til fødevarerallergi eller intolerans, eller har andre fysiologiske eller medicinske udfordringer, og det er lægeligt konstateret eller understøttet, tilpasser vi barnets kost i samråd med forældrene.

Det er vigtigt at forældrene noterer allergi, intolerans og særlige forholdsregler under barnets profil på FAMLY og orienterer gruppens medarbejdere grundigt, så vi undgår uheld for små maver og sårbare tarmsystemer.

Baggrunden for vores skriv

I Skovbørnehusets historie har vi ikke haft helt faste fælles regler om mad og drikke. Men vi har over tid udviklet nogle få anvisninger, anbefalinger og en hel del sædvaner. Noget har været bredt forstået af alle, både medarbejdere og forældre, mens andet er blevet tilpasset og forhandlet i dagligdagen. Det har generelt fungeret, men vi har manglet en samlet beskrivelse.

Behovet er blevet aktualiseret af en række forældrespørgsmål i de senere år. Det har kaldt på en afklaring, som medarbejdere og forældre kan navigere efter.

Bestyrelsen har derfor, i samråd med medarbejderne, besluttet at beskrive og justere vores madkultur. Så kort og præcist, som det nu er muligt. Det har vi gjort dels som en service til alle, men også for at finde kompromiser, der hvor der kan være forskellige holdninger, både blandt medarbejderne og i familierne.

Vi har i processen debatteret i en god stemning og bøjet os mod hinanden i en ordentlig proces. Vi har været grundige og brugt tid. Vores ønske har været at gå i dybden, finde fælles grund, og derefter lægge debatten til ro i en længere årrække. Vi mener at vi er nået frem til et fornuftigt resultat. Et resultat der respekterer de forskellige holdninger og nuancer, men også lander debatten midt i vores fællesskab.

Bon Appétit!



Vedtaget af Bestyrelsen for Kalø Skovbørnehus

April 2025