

# Mad- og måltidshandleplan for dagtilbud i Guldborgsund Kommune

## Indledning

Denne handleplan ligger inden for rammen af den pædagogiske læreplan og beskriver den overordnede pædagogiske tilgang omkring måltiderne i Guldborgsund Kommunes kommunale dagtilbud ud fra læreplanens intention.

Måltidet er en hverdagsaktivitet, der udgør et pædagogisk læringsmiljø, som åbner for, at børn kan trives, lære, udvikle sig og dannes. I Guldborgsund Kommunes dagtilbud har vi faglige og pædagogiske begrundelser for hvordan og hvorfor vi arbejder med måltidet, for både at sikre, at vi arbejder ud fra en fælles forståelse gennem Mad- og måltidspolitikken og for at understøtte en helhed i børnenes oplevelse mellem institution og hjem.

## Vi handler på 5 råd om sunde måltider:

### 1) Måltidet er et pædagogisk rum for trivsel, udvikling, læring og dannelse:

- Vi sørger for at måltidet kan foregå i trygge rammer, som understøtter rummelighed for kammeraternes valg og mad-mod.
- Vi understøtter tilpas ro og mulighed for samtale under måltidet
- Vi sørger for forskellige opgaver og roller for børn og voksne omkring måltidet.
- Vi udnytter overgangen fra, at andre aktiviteter stopper, til måltidet begynder, fx ved at inddrage børnene i borddækning samt at forberede og hente mad.
- Vi er nysgerrige og spørger til børnenes valg og eksperimenter.

### 2) Måltidet styrker selvhjulpenhed og medbestemmelse:

- Vi giver børnene tid og plads til at prøve selv, også selvom det ikke lykkes første gang.
- Vi sørger for passende service til børnenes størrelse og motoriske færdigheder.
- Vi lader børnenes have indflydelse på den rækkefølge, de spiser deres mad og få medbestemmelse ift. valg i måltider, hvor det er muligt.
- Vi lader børnene hjælpe til med borddækning, hælde/fylde op og afrydning, i det omfang det er muligt.
- Vi lader børnene selv kravle op til og ned fra bordet, hvor det er muligt.

### 3) Måltidet rummer forbilleder:

- Vi sørger for god hygiejne omkring måltidet, herunder håndvask.

- Hvis det pædagogiske personale ønsker det, kan de indtage et pædagogisk måltid<sup>1</sup> sammen med børnene, dele og sætte ord på smagsoplevelsen og derigennem understøtte børnenes dannelse ift. madkultur og nysgerrighed ift. nye madoplevelser.
- Vi undgår telefoner, tablets, legetøj og lignende, mens vi spiser.
- Vi holder os til fælles retningslinjer og undgår, at egne madpræferencer bliver en barriere for børnenes eksperimenter og madmod.

#### 4) **Måltidet er fuldt af smag:**

- Vi taler om madens æstetik, som farver, former, konsistenser og smagsnuancer i stedet for "kan li" eller "kan ikke li".
- Vi præsenterer mad og råvarer for børnene som en del af måltidet.
- Vi sørger for variation i måltider i form af temperaturer, udseende og konsistenser.
- Vi respekterer, at børnene ikke altid vil smage, men giver plads til at spytte ud, hvis de prøver.

#### 5) **Måltidet er sundt og næringsrigt:**

- Vi følger Ministeriets 'Kostråd til Måltider i daginstitutioner', for at sikre at børnene får en alderssvarende mængde og variation i dagens måltider.
- Vi er opmærksomme på fødevarer, der kun bør indtages i begrænset mængde eller kun af børn over 3 år, herunder rovfisk, rosiner, mælk og mejeriprodukter, hårde madvarer og sukkerholdige fødevarer. Vi følger altid myndighedernes anbefalinger på dette område.
- Vi sørger for variation i måltidet for at dække alle børns behov for næringsstoffer.

---

<sup>1</sup> Et pædagogisk måltid er en lille portion, der rummer smagsprøver på de madvarer, børnene får serveret. Måltidet mætter ikke den voksne, men gør det muligt at deltage i samtale om maden og opmuntre til madmod og nysgerrighed. Ønsker den pædagogiske medarbejder et mættende måltid, er det muligt at tilmelde sig madordning mod betaling.