

RETNINGSLINJER FOR MÅLTIDER OG KOSTHOLD KOMMUNALE BARNEHAGER I BAMBLE.

Rammeplan for barnehage legger vekt på at barnehagene skal bidra til at barna tilegner seg gode vaner, holdninger og kunnskap om kosthold. Det er også utarbeidet nasjonale retningslinjer for mat og måltider i barnehagen, og disse er utgangspunktet for kostholdet i kommunale barnehager.

Hjem og familie har et hovedansvar for barnas kosthold. Barnehagens personale har et profesjonelt ansvar for å legge tilrette for god hygiene før og under måltidet, for hyggelige måltider, gode kostvaner og for å servere god, sunn og variert mat.

Måltidet er en viktig pedagogisk arena som byr på gode muligheter for læring. Samtaler, samhandling, felleskap og ikke minst gode kostvaner er viktige elementer. Barnehagene i Bamble legger derfor vekt på å sette av god tid og å ha et positivt miljø rundt måltidet. De voksne skal spise sammen med barna og fremstå som gode rollemodeller. En god og hyggelig stemning rundt bordet kan fremme både appetitt og lyst på variert og sunn mat,

Kommunale barnehager i Bamble legger til rette for to fullverdige måltider hver dag, enten medbrakt niste eller mat som barnehagen serverer. Barn som ikke har spist frokost hjemme, kan spise i barnehagen innenfor en gitt tidsramme.

Maten barnehagene lager og serverer skal være sunn og gi varierte smaksopplevelser, og hver barnehage skal ha en plan, en meny, for barnehagers måltider

Barnehagene i Bamble

- Har sunne bursdagsfeiringer,
- Har sunne arrangementer og ”fester”, men en sjeldent unntak er OK.
- Bruker vann som tørstedrikk

Barnehagene i Bamble har sunne smøremåltider med:

- Grovt brød
- Minst et fiskepålegg
- Frukt og grønt
- Lettmelk og vann
- Ikke sukkerholdige pålegg.

Barnehagene i Bamble er Fiskesprellbarnehager og legger vekt på å jevnlig servere fisk og sjømat.