

Overordnede føringer for gjennomføring av MÅLTIDER i Nærsnes Kystbarnehage. Gjelder alle avdelinger.

RP 2017: Vaner og handlingsmønstre tar form allerede fra tidlig alder. Gode vaner som tilegnes i barnehagealder kan vare livet ut. Barnehagen skal legge til rette for at alle barn kan oppleve bevegelsesglede, matglede og matkultur, mentalt og sosialt velvære og psykisk og fysisk helse. Gjennom medvirkning i mat og måltidsaktiviteter skal barna motiveres til å spise sunn mat og få grunnleggende forståelse for hvordan sunn mat bidrar til god helse. (RP s 49)

I Nærsnes Kystbarnehage skal disse prinsippene være gjeldende når avdelingen tilrettelegger for måltid.

Hovedfokus knyttet til innholdet i denne standarden omhandler først og fremst lunsjmåltidet. Man kan ikke forvente tilsvarende til alle måltider.

- Måltider er samlende, husk at det samme gjelder for barn som for alle andre. Det er hyggelig å komme til et fint bord. Man spiser bedre når rammen er god. HUSK! Vi har tid til gode måltider. Gode og positive matvaner i barnehagen skal være i fokus. Hovedfokus er lunsjmåltidet.
- Barna kan være delaktige i tilretteleggingen gjennom pådekking, pynting. Barna skal oppleve å komme til hyggelige bord til frokost, lunsj og ettermiddags. (eks: blomster, duk, egne brikker, lys, bål på tur, lyslenker osv.)
- Alle skal ha kopper og tallerkener til alle måltider. Flasker som barna har med skal være tilgjengelige for barna i lek, uteaktivitet og tur.
- For turgruppene gjelder det å planlegge gode, hyggelige måltider ute i skogen, basert på de samme prinsippene med tilpasninger.
- Ute på tur skal vi alltid ha bål (når det er sesong for det), skape stemning og fellesskap rundt måltidet. Lag bål-mat så ofte man kan. Lag buffeter der barna får hente og lage sin egen mat.
- Barna skal som oftest oppleve å få smøre sin egen mat. Dette gjelder for alle avdelinger med tilpasninger.
- Det skal være farger på bordene. Vi tilbyr alltid tomat, agurk, paprika som supplement til diverse pålegg
- DE voksne skal sitte sammen med barna å spise, en reiser seg fra bordet for å ordne, supplere. Mat og drikke skal stå på bordet. Vi trener på å sende til hverandre- men passer på å dekke bord hensiktsmessig slik at man slipper å sende fra en ende til en annen.
- Melk og vann tilbys til alle måltider.

- Vi vasker hender til måltider.
- Andre avdelinger skal være påpasselige med å ikke vandre igjennom avdelinger under måltider. Dette er forstyrrende for barn og voksne.
- Hvis barna er urolige under måltid kan det hende at de voksne må ta ut noe fra ryggsekken sin: en bok, en historie, tegne et eventyr, fortelle noe spennende.
- Det er ønskelig for oss at barna er til stede ved bordet så lenge som de klarer og da er det mulig vi må bruke repertoaret vårt litt.
- Under måltidet skal alle voksne snakke med og ikke til barn. Forsøk å snakke minst mulig om at barna er flinke til å spise. Snakk om at man har det hyggelig sammen og hvor mye du som voksen setter pris på dette. For øvrig så liker vi vel alle å snakke sammen om hverdagslige ting 😊

Et måltid i barnehagen skal være hyggelig, innholdsrikt og preget av god stemning!

Med utgangspunkt i dette styringsdokumentet skal alle avdelinger i oppstartsuken av hvert barnehageår konkretisere sin tilnærming. Slik at vi får samme måltidskvalitet på alle avdelinger. Ferdige konkretiseringer henges opp og legges på fellesområdene. Synliggjøres for foreldrene.