

”Værs ’go—madro”

Mad og Måltider

i

Børnehuset Møllehøj



Vi betragter madlavningen, og de praktiske opgaver omkring dette, ex. tilberedning, anretning, borddækning, afrydning og opvask som pædagogiske aktiviteter. Børn og personale er aktive, sammen.

Vuggestuebørnene deltager i det omfang det er muligt

Det er forældrene i de enkelte kommunale institutioner og bestyrelserne i de selvejende institutioner, der vælger, om de vil have det kommunale tilbud eller ej. Dette sker gennem en afstemning i den enkelte institution.

Der er afstemning i lige år.

Det kommunale frokost måltid omfattes af reglerne om friplads- og søskendetilskud.

Den mad, dit barn bliver tilbudt, er et sundt måltid, som følger Fødevarestyrelsens anbefalinger. Læs mere på www.altomkost.dk

Hvordan gør vi ?

Vi betragter Mad & Måltider som en pædagogisk aktivitet, på lige fod med alle andre aktiviteter. En aktivitet man kan være med til uanset alder, det er lysten der driver....

Køkkenassistent Brit, er ansat på 30 t. og har det fulde ansvar for at maden er i orden, ernæringsmæssigt. Hun planlægger ugens menu, ofte med input fra børnene, køber ind og sammen med en pædagog/medhjælper fordeles arbejdet. En menu sættes på tavlen, og på AULA, så forældre og børn kan snakke om maden.

Der købes så vidt muligt danske, årstidsbestemte og gerne økologiske råvarer.

Der er lagt så mange gøremål med maden, som muligt ind i det pædagogiske arbejde. Eks. Rense /skære, snitte grønsager, bage og sylte.

Maden anrettes i glasskåle/fade, så børnene kan se maden. Altid hver ting for sig.



Børnene er naturligvis også med til at anrette maden, tælle service op, og dække bord. Altid med dug, servietter og bestik.

Børnene rydder op efter sig selv, madrester og service sorteres, og sættes på rullebord. Der sluttes af med at ”tørre mund” og vaske hænder. Måske hjælper et par stykker med opvasken.



Fællesskab og samarbejde er i fokus

Vi har lavet en kokebog med mange af børnenes favoritter—den får børnene når de fylder 4 år



Mini Kokebog

2024

De børn, 3-4 børn, der vil være med i køkkenet vasker hænder og tager forklæde på.

Børnene hjælper med at finde råvarer og redskaber til køkkenarbejdet. Vi snakker med børnene om ex. form/farve, mængde/størrelse og konsistens. De spørger til råvarerne og finder hurtigt ud af hvordan en persillerod, fennikel eller rødbede ser ud. Børnene dufter og smager på de råvarer vi bruger.

Vi snakker om hvor tingene kommer fra, hvad de kan bruges til osv.

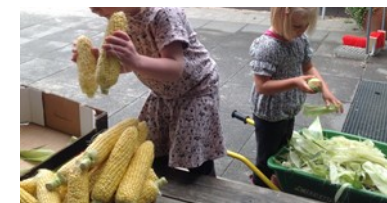


Når vi tilbereder maden bruger vi glasskåle. På den måde har børnene mulighed for at se ”hvor tingene bliver af” ex. når vi rører leverpostej er det sjovt at følge ægget rundt i skålen. Det er også sjovt at se hvad der sker når vi ex. laver pasta. Melet hældes ud på bordet og ægget lægges i en ”rede” på toppen af ”melbjerget”. Nu skal der æltes og æltes, for til sidst at køre dejen igennem pasta maskinen. Så skal pastaen tørre lidt, derefter koges. Sikke en oplevelse.

Når maden er færdig skal den præsenteres for de andre børn og voksne i huset. Det er det store hit at stille sig frem for børnehavenvennerne og fortælle om eks. Hvad der er i suppen, el. om den hjemmelavede tomasalsa der er til pølsehornene osv.



Fællesskab ved bordene, er med til at skabe tryghed, en tryghed der danner base ift. børnenes lyst / mod til at smage noget nyt.



Hygiejne:

Vi har særligt fokus på hygiejnen mht. madlavningen. Dels er der jo forskellige retningslinjer fra fødevarestyrelsen som vi skal overholde, dels mener vi også at det er vigtigt, at børnene lærer noget om hygiejne. Dette betyder bl.a. at børn der er meget forkølede, har sår på fingrene el.lign. ikke kan være med til at lave mad.

Der vaskes altid hænder før vi går i gang, ofte også midt i processen.



Børn og voksen har altid forklæde på, særligt ift. hygiejne, men også for at "skåne tøjet" og for at fortælle børnene at, nu er vi i gang i køkkenet.



Børnene rører aldrig ved det rå kød vi skal lave mad af. Når vi ex. laver leverpostej, er der måske et stykke lever som børnene kan undersøge, dette kasseres efterfølgende. Skal vi have noget med fisk, kan vi f.eks. købe en hel fisk, undersøge denne, for derefter at kassere denne. Det er



"Værktøj":

Vi har "rigtige" knive m.m., som bruges under kyndig vejledning. "Smutter en kniv" er der altid et stykke plaster og trøst at hente, lige ved hånden. Vi ser det som en nødvendighed at børnene har ordentligt "værktøj" når de arbejder i køkkenet. De skræller, skærer og rører. Vi har en køkkenmaskine/røremaskine og en foodprocessor. Børnene arbejder naturligvis ikke med de elektriske redskaber.

Når vi eks. laver leverpostej foregår det med håndkraft i en glasskål. På denne måde får børnene den optimale oplevelse mht., hvad der sker med det, vi blander sammen.



Vand hældes altid op i ¼ l. og ½ l. glaskander, dels for at børnene kan se hvad der er i og ikke mindst for at børnene selv kan hælde det op, de kan drikke.

Måltidet:

Vi spiser i mindre grupper, med den samme voksen, og de samme børn, samme sted, hver dag. Fredag må man selv bestemme, hvor og med hvem, man vil sidde.

Maden sendes rundt og børnene tager selv mad fra fade og skåle, og skal der fyldes op, af mad og drikke, kan det også være børnenes opgave.

Vi har "stilletid/madro" og efterfølgende hyggesnakker vi, med fokus på fællesskab og samarbejde, og vi venter på hinanden, før vi går fra bordet.

Vi opfordrer alle til at smage på det, der bliver serveret.

Personalet spiser med, som det gode eksempel, i det vi kalder et "pædagogisk måltid".



Måltiderne:

Morgenmad:

Vi opfordrer til at børnene spiser morgenmad hjemme, inden de afleveres. Er dette ikke muligt kan der spises morgenmad her, ml. kl. 6.45-7.15. Børnene kan vælge mellem: havregryn/grød, havrefras, yoghurt med frugtmos og mælk.

Formiddagsmad:

Er altid et rigtigt måltid. Det kan være nybagte boller/brød, knækbrød, rugbrød el.lign. Der skæres frugt eller grønt, og drikkes vand og mælk. Dette måltid spises i basisgrupperne.

Middagsmad:

Dagens ret + frisk vand. Alle spiser på samme tid i små basisgrupper, rundt omkring i huset. Vuggestuen spiser kl. 11
Børnehaven spiser kl. 12

Eftermiddagsmad:

Oftentimes er det overskud fra middagen, det kan være: pasta, brød, frugt, grønt, pizza eller hvad vi nu finder på. Der drikkes vand til. Dette måltid spises i fællesskab, alle grupperne i mellem. Vuggestuebørnene spiser ved bordet efterhånden som de står op af deres middagssøvn.



Alle kan være med
Store og små hjælper hinanden

