



**Brøndby**  
Kommune

# Retningslinjer for mad og måltider i dagtilbud

Brøndby Kommune 2024-2030

# Forord

Hvert år serverer vi ca. 700.000 måltider i vores dagtilbud, og i hverdagen får børn store dele af deres daglige energibehov dækket i dagtilbuddet. Derfor er børns sundhed og ernæring ikke alene forældrenes ansvar. Som kommune har vi også et ansvar for, at børn udvikler gode vaner, får den rette ernæring og gode erfaringer med mad, som er med til at understøtte deres trivsel, læring, udvikling og dannelse.

Med Brøndby 2030 har vi en ambition om at skabe stærkere, sundere og mere bæredygtige fællesskaber, og vi har stort fokus på børn og unges mentale trivsel og udvikling. Her udgør den rette ernæring et vigtigt grundlag for en hverdag, hvor der er energi til leg og læring, samtidig med, at måltidet er en vigtig pædagogisk aktivitet, hvor børnene indgår i et fællesskab og udvikler sin selvstændighed samt sociale og sproglige kompetencer.

Med Brøndby 2030 og Brøndby Kommunes Klimaplan tager vi også et medansvar for at løse klimaudfordringerne. Vores fødevarerforbrug udgør en væsentlig klimabelastning, og derfor har vi ambitioner om handle mere klimavenligt og bæredygtigt. Som en del af kommunens klimaplan, har vi ambitioner om at maden i vores dagtilbud i 2030 udgør 90-100 pct. økologi. Derfor udgør klima og økologi også en væsentlig del af retningslinjerne.

Retningslinjerne for mad og måltider er vedtaget i april 2024 af Kommunalbestyrelsen og er blevet til i et samarbejde mellem dagtilbud, sundhedsplejen og øvrige samarbejdspartnere i kommunen.

God læselyst – og appetit!

# Indhold

**Forord**

**Vision for mad og måltider i dagtilbud**

**Tema:** Det pædagogiske måltid

**Tema:** Sund og nærende mad

**Tema:** Velsmagende, klimavenlig og økologisk mad

**Tema:** Plads til kulturelle forskelle og fællesskabet



# Vores vision

*“Vi vil bidrage til, at børn i vores dagtilbud får gode vaner og erfaringer med mad og måltider. Maden skal være velsmagende, bæredygtig og klimaansvarlig og give den rette ernæring. Måltiderne skal være præget af nysgerrighed og god stemning, hvor der er tid og plads til samvær.”*

# Vores vision udfoldes under fire temaer

1. Det pædagogiske måltid
2. Sund og nærende mad
3. Velsmagende, klimavenlig og økologisk mad
4. Plads til kulturelle forskelle og fællesskabet

# Det pædagogiske måltid

Gode måltider i dagtilbud handler ikke kun om at tilbyde børn sund ernæring. De pædagogiske rammer har også stor betydning for børns madglæde og de erfaringer, som de får med mad. Derfor er måltidet en vigtig pædagogisk aktivitet i vores dagtilbud.

Vi arbejder ud fra den styrkede pædagogiske læreplan, hvilket blandt andet betyder, at vi før, under og efter måltidet inddrager børnene og giver dem mulighed for deltagelse og medbestemmelse. Måltiderne udgør desuden en af hverdagens mange rutinesituationer, og er herigennem et oplagt læringsrum til at arbejde med børnenes selvhjulpenhed, samt sociale, sproglige og motoriske kompetencer.

Herudover arbejder vi ud fra en række fælles pædagogiske principper, som betyder at:

- Vi ikke tvinger børn til at spise. Børnene skal selv have mulighed for at give udtryk for sult og mæthed.
- Vi agerer rollemodeller, som børnene kan spejle sig i og opfordrer så vidt muligt børnene til at være nysgerrige og smage på maden.
- Vi giver tid og plads til måltidet, så børnene har mulighed for at nyde maden i deres tempo, og så vægter vi det gode samvær mellem børn og personale og børnene imellem.

Alle vores dagtilbud udarbejder derudover lokale værdier og principper for måltiderne, som beskriver, hvordan de arbejder med børnenes trivsel, læring og udvikling under måltiderne.

# Sund og nærende mad

I Danmark får børn i dagtilbud dækket over halvdelen af deres daglige energibehov i dagtilbuddet. Derfor er det vigtigt, at den mad som børnene får serveret bidrager til deres trivsel, læring og udvikling. Der skal være energi og kræfter til sjov, leg og bevægelse.

Samtidig ved vi, at de madvaner som grundlægges tidligt i barndommen, kan have livslang indflydelse på barnets sundhed. I Brøndby Kommune vil vi gerne bidrage til, at børn i vores dagtilbud får nogle gode erfaringer og vaner med mad, som kan være med til at give dem et godt afsæt og som kan bidrage til forebyggelse af livstilssygdomme senere i deres liv.

Derfor følger vi i Brøndby Kommune Fødevarestyrelsens kostråd. Kostrådende udgør en fælles rettesnor til at få en sund og klimavenlig balance i det, vi spiser og drikker.

Derudover tager vi hensyn til allergier og særlige kosthensyn. Det betyder, at en menuplan i kommunens dagtilbud består af varieret mad med grønt, fuldkornsprodukter, gode fedtstoffer, bælgfrugter, fisk og lidt kød. Herudover serverer vi ikke søde sager med tilsat sukker.

## Spis planterigt, varieret og ikke for meget

Spis flere grøntsager og frugter



Spis mad med fuldkorn



Spis mindre kød – vælg bælgfrugter og fisk



Sluk tørsten i vand



Vælg planteolier og magre mejeriprodukter



Spis mindre af det søde, salte og fede



# Velsmagende, klimavenlig og økologisk mad

Med Fødevarestyrelsens kostråd fra 2021, blev danskernes kostråd udvidet med et gennemgående klimahensyn i myndighedernes råd til børn, unge og voksne. Mest markant kommer det til udtryk i rådet om at skære ned for vores appetit på kød, især okse- og lammekød. Og så skal vi skrue op for især grøntsager, bælgfrugter og fuldkorn i vores måltider. Derfor udelukkes okse, kalv- og lammekød fra måltiderne i dagtilbuddene, og det lille råderum, der er til kød ifølge Fødevarestyrelsens kostråd, bliver i institutionerne dækket af fx kylling. Ved at følge Fødevarestyrelsens kostråd sikrer vi i Brøndby Kommune en sund og klimavenlig balance i det, vi spiser og drikker.

Derudover har Brøndby Kommune med Strategi 2030 en ambition om, at alle offentlige køkkener har guldmærke i Det Økologiske Spisemærke i 2030 (Tilsvarende 90-100%). Økologi har en positiv effekt på vores miljø, grundvand og biodiversitet. Økologi mindsker ikke i sig selv klimabelastningen, men en naturlig konsekvens i den økologiske omstilling vil være, at vi i højere grad erstatter en del kød med bl.a. bælgfrugter, som har et mindre klimaaftryk. Samtidig vil vi arbejde for at mindske vores madspild og herigennem benytte de ressourcer vi har, bedst muligt.

Endeligt skal den mad, som vi serverer være velsmagende. Når maden smager godt, bliver det lettere at fastholde gode og sunde madvaner og træffe bæredygtige valg. Derfor laver vi mad, som er indbydende og som skal bidrage til, at børnene har lyst til at spise og nyde maden sammen.





# Plads til kulturelle forskelle og fællesskabet om måltidet

Vores kulturelle baggrunde er med til at påvirke vores oplevelse af smag, samt traditioner, normer og værdier for måltidet. Måltidet kan samtidig være med til at fremme fællesskabet og tolerance imellem børnene, og kan skabe forståelse for kulturelle forskelligheder og ligheder.

Den mad, som tilberedes i dagtilbuddene, skal give alle børn - uanset kulturel og religiøs baggrund, lige muligheder for et sundt og nærende måltid. Derfor tager vi hensyn til børn, der bl.a. af religiøse eller kulturelle årsager, har særlige regler eller forbehold i forhold til mad. Det betyder bl.a. at vi kan tilbyde vegetariske alternativer samt halal i alle vores dagtilbud, såfremt forældre ønsker det.

Trods vores forskelligheder, ønsker vi også at måltidet skal samle os og være med til at danne og styrke børnefællesskaberne. Vores udgangspunkt er derfor, at vi laver mad, som størstedelen af børnegruppen kan spise og vi vægter den fælles oplevelse om bordet.



# Læs mere i vores pædagogiske rammebeskrivelse for mad og måltider

I vores fælles pædagogiske rammebeskrivelse for mad- og måltider kan du som forælder og personale finde svar på konkrete spørgsmål og retningslinjer i forhold til f.eks. fødevareallergier, sukker osv.

Rammebeskrivelsen er tilgængelig på Brøndby Kommunes hjemmeside: [Mad og måltider i dagtilbud \(brondby.dk\)](https://brondby.dk/mad-og-maaltider-i-dagtilbud)