

Ådalskolen

En skole for børn med psykiske- og fysiske funktionsnedsættelser under folkeskoleloven



Principper for kost

Skolebestyrelsen april 2019

Principper for kost

Formål:

Vi ønsker at disse principper kan danne baggrund for en fælles holdning for personale og forældre i forhold til børnenes kostvaner på skolen og skolens fritidsordning.

Vi ønsker i samarbejde med forældrene:

- ✓ At sikre børnene og de unge sund kost i det daglige.
- ✓ At udvikle sunde og gode madvaner med henblik på at fremme sundhed og velvære.
- ✓ At sikre at elevernes ernæring fremmer koncentration og energi for optimalt udbytte af leg, læring og undervisning.
- ✓ At forebygge fedme, fejlernæring, karies og på længere sigt kostrelaterede sygdomme.
- ✓ At børnene og de unge udvikler sunder måltidskulturer, hvor måltidet danner rammen om socialt samvær og bevidsthed om sund levevis.

Dette vil vi søge opfyldt ved i samarbejde med forældrene:

- ✓ At tage hensyn til det enkelte barns og unges behov og trivsel.
- ✓ At sikre aftalte regler i alle klasser og grupper for hvorledes fødselsdage fejres.
- ✓ At lægge vægt på, at maden appellerer til sansemæssige oplevelser.

Det er herunder forældrenes opgave:

- ✓ At sikre, at alle børn har en frisk madpakke med hver dag samt
- ✓ At tilmelde barnet til en mælkeordning, hvis dette ønskes.
- ✓ At sikre, at alle børn har frugt eller lignende med hver dag.

En madpakke bør:

- ✓ Være stor nok til at barnet holder sig mæt til næste måltid.
- ✓ Være lækker og indbydende nok til at barnet har lyst til at spise den.
- ✓ Være ernæringsmæssigt rigtigt sammensat, så barnet får dækket sit ernæringsbehov og udvikler sunde kostvaner.

Det er skolens og Sfo'ens opgave at sikre:

- ✓ Elevers adgang til friskt vand.
- ✓ At der i hjemkundskab og ved frokostordninger sker en sammensætning af maden på en ernæringsmæssig fornuftig måde.
- ✓ Anvendelse af sunde varer og fortrinsvis danske, økologiske produkter ved indkøb.
- ✓ En måltidskultur, hvor der lægges vægt på de fysiske og sociale rammer.
- ✓ Sunde alternativer til mellemmåltider i frugtboden.
- ✓ Mulighed for at kunne spise medbragt morgenmad, hvis det er nødvendigt og aftalt med forældrene.
- ✓ Køleskabe, service og bestik i alle klasseværelser.

I tilfælde af at skolen oplever elever og forældre hvor ovenstående principper ikke følges, vil skolen tage initiativ til et samarbejds møde med forældrene omkring barnets kost- og trivselsvaner.

Tiltrådt i skolebestyrelsen den 01.04.2019

Revideres i 2021