

## Kostpolitik

(Februar 2021)

In unserer Küche wird gesundes, nahezu zuckerfreies und fast komplett ökologisches Essen zubereitet. Kinder, die älter sind als 3 Jahre, möchten wir bitten ein Stück Frucht pro Tag mitzubringen, die wir für alle am Nachmittagssnack schneiden. Darüber hinaus gibt es Brot für alle.

Wir haben diese Politik ausgehend von den Empfehlungen des dänischen Gesundheits- und Lebensmittelamtes ausgearbeitet. Wir haben eine Zuckerpolitik, die bedeutet, dass Kinder Zucker in einem sehr begrenzten Umfang in unserem Essen bekommen. Unser Koch kann also ein wenig Zucker in der Essenzubereitung nutzen, aber es gibt Saft und Kuchen nur zu besonderen Anlässen. Hierbei zählen Kindergeburtstage ausnahmsweise nicht zu besonderen Anlässen. Dadurch haben Eltern einen Überblick darüber wie viel Zucker die Kinder im Laufe eines Tages einnehmen bekommen und können das selber steuern.

Das bedeutet, dass:

- wir Fokus legen auf gesunde Kost, Essensqualität, und Gemeinschaft
- Obst und Gemüse anstelle von Schokoküssen, Kuchen, Eis und Saft
- Eltern die Freiheit haben, selber zu bestimmen was, wann und wie viele süße Sachen die Kinder bekommen sollen
- wir unseren Blick auf die zu feiernden Anlässe legen und weniger darauf was gegessen wird

Darüber hinaus ist unser Essen hauptsächlich vegetarisch mit viel Gemüse und verschiedenen Geschmackserlebnissen, die die Kinder herausfordern und ihren „Essenshorizont“ erweitern. Wir haben einen hohen Anteil an ökologischen Produkten, und einmal die Woche servieren wir abwechselnd Fisch und Fleisch.

Die Kostpolitik gilt für alle Kinder im und außerhalb des Kinderhauses in dem Zeitraum, in dem wir für sie Verantwortung tragen.

### **Geburtstage, Feste und Ausflüge**

Wenn euer Kind Geburtstag hat, dann bieten wir an, dass wir diesen im Kinderhaus feiern. Das findet grundsätzlich in der Stube des Kindes statt gemeinsam mit dem Nachmittagssnack um 14 Uhr. Wir können nicht zu den Kindern nach Hause gehen, um den Geburtstag zu feiern, da viele Kinder zu weit weg wohnen.

Geburtstage sind besondere Tage und ein Kind soll erleben, dass es im Zentrum der Aufmerksamkeit ist beim Nachmittagssnack um 14 Uhr. Die Kinder haben unterschiedliche Bedürfnisse und darauf nehmen wir natürlich Rücksicht. Zum Nachmittag könnt ihr gerne etwas Essbares mitbringen (eine kleine Zwischenmahlzeit), das das Geburtstagskind an die anderen Kinder austeilen kann. Wir bitten

euch, unsere Kostpolitik dabei zu berücksichtigen. Im Internet kann man viele spannende und familienfreundliche Ideen finden.

Inspiration für Essen, das man zu Geburtstagsfeiern im Kindergarten mitbringen kann:

- Brothapse aus Schwarzbrot oder grobem Brot mit z.B. Erdbeere, Melone, Gurke oder Würstchen, Gurkenstäbe und Dip
- salzige Pfannekuchen, Pizzaschnecken oder ähnliches
- geschnittenes Obst auf Spießen
- Besonderes Obst
- Popcorn
- getrocknete Früchte und Nüsse
- Fruchtsalat
- Smoothies
- Brötchenmann mit getrockneter Frucht, frischer Frucht, Gemüse etc.

Weitere Ideen findet man unter [frugtfest.dk](http://frugtfest.dk), [altomkost.dk](http://altomkost.dk), [6omdagen.dk](http://6omdagen.dk), [arla.dk](http://arla.dk) oder auf Pinterest 😊

### **Kindergeburtstage zu Hause**

Wenn ihr gerne Kinder zu einem Kindergeburtstag zu euch nach Hause einladen möchtet, möchten wir euch bitten, die folgenden Regeln zu befolgen, die wir in unserem Haus ausgearbeitet haben. In unserem Kinderhaus legen wir großen Wert darauf, dass sich alle Kinder als ein wichtiger Teil der Gemeinschaft sehen und nicht in den für sie wichtigen Situationen ausgeschlossen werden:

Deshalb fordern wir dazu auf, dass man entweder alle Kinder der Gruppe, alle Mädchen, oder alle Jungen, oder alle aus der Aktivitätsgruppe des Geburtstagskindes einlädt (z.B. Vorschulkinder oder die jüngste Gruppe). Fragt gerne bei den Mitarbeitern nach, wenn ihr Zweifel habt, wer bei eurem Kind in der Gruppe ist. Wenn man diese Lösung wählt, dann kann man gerne Einladungen im Kinderhaus verteilen. Natürlich darf man bei diesen Festen servieren, was man möchte.