




Vi følger anbefalingerne fra Sundhedsstyrelsen og Fødevarestyrelsen for sund børneernæring.

I vores hus har vi en klar sukkerpolitik:

- Sukker bruges kun i meget begrænset omfang (f.eks. lidt i madlavning)
- Saft og kage serveres kun ved særlige lejligheder (*fødselsdage tæller ikke med*)
- I kender til barnets ugentlige sukkerindtag – og kan selv beslutte, hvad barnet får derhjemme

---

 **Mål med politikken:**

- Fokus på sund mad, kvalitet og fællesskab
  - Frugt og grønt i stedet for søde sager
  - Forældre bestemmer selv mængden af sukker derhjemme
  - Fokus på begivenheden – ikke på, hvad der bliver serveret
-  Reglen gælder **alle børn i institutionens åbningstid – også på ture ud af huset.**



**Fødselsdage, fester & udflugter**

Fødselsdage fejres i **gruppen kl. 14 med frugt.**

Vi besøger ikke børn privat, da mange bor i andre kommuner.

**Fødselsdagsbarnet er i centrum.**

I må gerne sende en **sund snack** med, som barnet kan dele med de andre – husk at respektere vores kostpolitik.



**Forslag til sunde snacks:**

- Grøntsagsstave, grovboller med fyld
- Frugtspyd, frugtsalat
- Pirogger, madpandekager, mini-pizza
- Popcorn (kun i børnehaven)

**! Bemærk: INGEN NØDDER!**



Mere inspiration: [frugtfest.dk](http://frugtfest.dk) • [6omdagen.dk](http://6omdagen.dk) • [altomkost.dk](http://altomkost.dk) • [Pinterest](https://www.pinterest.com)



**Private fødselsdagsinvitationer**



**VIGTIGT:**

Hvis I inviterer børn hjem til en privat fødselsdag, beder vi jer følge disse retningslinjer.

Vi ønsker, at alle børn oplever sig som en vigtig del af fællesskabet – ingen må udelukkes i vigtige sociale sammenhænge.



Derfor anbefaler vi:

- Invitér enten **alle piger, alle drenge** eller **hele aktivitetsgruppen** (f.eks. gul gruppe)
- Spørg personalet, hvis I er i tvivl om, hvem der er i barnets gruppe
- Hvis retningslinjerne følges, **må invitationer gerne uddeles i institutionen**
- Hjemme bestemmer I naturligvis selv, hvad der serveres



*Sund kost er en vigtig del af vores pædagogiske hverdag – tak for jeres forståelse og samarbejde!*