

MAD- (OG MÅLTIDS) POLITIK FOR SVANEPARKEN

Udarbejdet forår/sommeren 2018

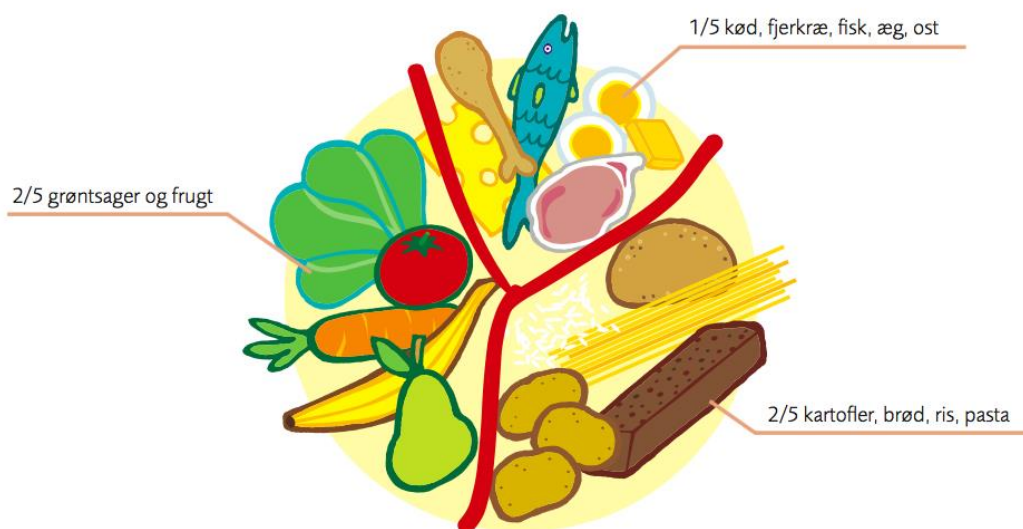
Formålet med mad- og måltidspolitikken i Frederiksberg Kommunes dagtilbud er, at den skal **bidrage til børns lyst til, mod på og accept af sund mad.**

Svaneparkens institutioner har deres egne mad- og måltidspolitikker ift. selve måltidspædagogikken (maddannelse, normer for måltidet, det sociale fællesskab omkring måltidet, det pædagogiske personales rolle i og omkring måltidet etc.). Det vi er fælles om er selve MADEN der tilberedes og serveres, så i den sammenhæng er der udarbejdet en fælles madpolitik for Svaneparken.

MADEN DER TILBEREDES OG SERVERES

Maden som serveres i dagtilbuddet skal i sin sammensætning leve op til Fødevarestyrelsens krav. Fødevarestyrelsens vejledning om energifordelingen i måltidet er forenklet i de officielle kostråd. Den mad, som serveres for børnene, bør være indbydende og "tale" til flest mulige sanser. Det er ambitionen, at måltidet og maden skal være en fornøjelse og et socialt samlingssted.

Kostråd: "Y tallerken" til den varme mad (Alt om kost, A, 2017):



Kostråd: Sammensætning af det kolde frokost måltid (Alt om kost, B, 2017):



- **Brød** - helst rugbrød eller fuldkornsbrød
- **Grønt** - gnavegrønt, salat eller pålæg
- **Pålæg** - kylling, kød, ost eller æg
- **Fisk** - mindst en slags fiskepålæg
- **Frukt** - det friske og søde

MADEN DER TILBEREDES OG SERVERES (FROKOSTMÅLTIDET)

Der er i måltiderne MAD fra alle fødevarergrupper som beskrevet i KOSTRÅDENE

Svaneparkens køkken laver kostberegninger for hver uge, som køkkenet bruger til intern brug, her følges de retningslinjer som fiskeri & fødevarestyrelsen har liggende på deres hjemmeside. Retningslinjerne er fulgt de seneste 4 år i Svaneparken, da Ole tiltrådte som fuldtidskok. Der bliver læst løbende på deres hjemmeside, som vi derved altid på forkant med evt. ændringer.

Køkkenet lytter også gerne til gode ideer og oplevelser fra de voksne, og på børnene når de kigger forbi køkkenet, som så efterfølgende forsøges at blive indarbejdet i menuen på et givent tidspunkt. Langt de fleste ønsker vil kunne opfyldes, men der er selvfølgelig begrænsninger ift. økonomi, samt tanke på hvordan maden kan tilberedes til over 200 børn.

SMAGSSANSEN

Ved at anvende de fem grundsmage er grundstenene for velsmag lagt. De fem grundsmage er, sødt, surt, salt, bittert og umami. Maden er bevidst sammensat, så den giver den bedste smagsoplevelse.

Til fællesmødet i juni måned besluttede vi at køkkenet får TEMAUGER ift. ex. smag, som meldes ud minimum 2 uger før, hvor det vil fremgå på menuplanen.

Smag er et individuelt spørgsmål, som kan være svært at være enige omkring. Fokus i menuen er på variationen, sundhed, ernæring, samt udfordre børnene på deres smag. Samtidig med at der tages hensyn til at Svaneparkens køkken producerer mad til 5 institutioner som hver især har eller har haft fokus på måltidet, herunder smag.

Køkkenet lytter gerne og hører hvad de voksne har af feedback til køkkenet, ift. hvad børnene tænker om maden. Der er altså fokus på hvad børnene tænker, og ikke en personlig/privat holdning fra det pædagogiske personale. Børnene er fortsat velkomne til at komme med op i køkkenet og sige tak for mad, og den vej igennem får køkkenet lidt feedback fra de små. Der er også den daglige kontakt, hvor man møder folk på gangen, eller køkkenpersonalet går rundt i Svaneparken og møder de forskellige børnehaver. Den vej igennem får køkkenet en god ide om hvordan dagligdagen er i Svaneparken. Der er desuden feedback fra ledermøder, og køkkenmøder.

FØLE OG HØRESANS

Madens konsistens giver forskellige oplevelser, som både kan registreres i munden og fra tyggelyde

Konsistens er fx blødt/hårdt, tyndt/tykt, knasende, osv.

Maden der serveres opfylder overstående sanser, igennem det der serveres. Ex. gulerødder, agurk som knaser, siger lyde og er hårdt. Pasta/ris er blødt

SYNSSANSEN

Maden er indbydende i sin farvesammensætning

Synssansen er den dominerende sans og står for 80% af spise-oplevelserne. Vi spiser nemlig først maden med øjnene, derfor tænker vi i farver.

Køkkenet prøver så vidt muligt at anrette tingene med forskellige opsætninger efter hvilken mad der laves, pynt af maden kan sagtens indgå. Der tænkes i både at få maden til visuelt at fremstå lækkert og imødekommende, samtidig med at der er praktisk tankegang, ift. at langt de fleste børn ikke ønsker maden blandet sammen, og hvis de ønsker det, vil de selv gøre det.

Skovmaden bliver anrettet til mere praktisk brug, da det skal transporteres i lukkede plastikbøtter, og tages med ud i skoven. Her kan pynten placeres ved siden af.

LUGTESANSEN

Der tænkes bevidst i at give oplevelser af madlugt/duft

Lugten/duften spiller en stor rolle i oplevelsen af maden. En lugt kan pludselig vække følelser og minder. Lugtesansen er også med til at nuancere smagsindtrykket, da omkring to tredjedele af evnen til at smage er direkte forbundet med den.

Duften af maden spiller en stor rolle for vores børn, hvilket køkkenet er bevidst omkring. Desværre ligger vores køkken isoleret fra alle grupperne, og derved opstår der ikke den daglige duft, som der gør i mange andre institutioner. Til gengæld er alle børn altid velkomne til at komme op i køkkenet og dufte og se maden så ofte de ønsker det. Fra børnekøkkenet, i lokalet ved siden af, kan man desuden igennem glasruden se ud i produktionskøkkenet og se medarbejderne producere maden.

DEN ÆSTETISKE SANS

Maden er anrettet så den opleves attraktiv at spise

Anretningen af maden har betydning for lysten til at spise. Visse forhold kan påvirke indtrykket af maden som attraktiv: Hvilket service benyttes? Er det plastik eller porcelæn? Hvilke farver er valgt? Hvilke kriterier ligger til grund for de valg, der er truffet? Hvordan placeres maden? Er det på fad eller i skåle? Eller er det hele blandet sammen? Eller kan de enkelte madvarer ses?

I Svaneparken bruger vi porcelæn og rigtigt bestik. Det er vigtigt at måltiden fremstår indbydende og hjemmeligt. Maden anrettes på fad og i mange skåle, så børnene derved kan se på de forskellige ingredienser. Fra efteråret 2018, vil der desuden en gang imellem komme hele ingredienser ind på bordet fra ex. suppen, så børnene kan se hvad suppen er lavet af.

Det er køkkenets erfaring fra børnehavernes egen feedback til køkkenet, at rigtig mange foretrækker det praktisk frem for det æstetiske. Hvis man er mere ude, foretrækker man det praktiske, er man inde, er det mere det visuelle og hyggen, ved at sidde omkring bordet, med maden, hvor børnene selv fra de forskellige anrettede fad, vælger fra skåle, fad og tallerkner. Køkkenet ønsker selv at kunne anrette maden pænt, men det skal også være praktisk for modtageren, som i dette tilfælde er vores bør køkkenet bestræber sig altid på at overholde de kostmæssige regler i det omfang det er muligt, da vi ind imellem også er udfordret af tema uger, fester og andre ting som holdes i Svaneparken, og kan ikke altid holde os inde for de grænser man skal. Men det er som regel i sammenstemning med den enkelte institution.