

Når vores medlemmer kommer i Klubben efter en lang skoledag, er et af de første spørgsmål: "hvad er der af mad i dag?".

#### Pædagogiske overvejelser over efter middagsmaden i Dybkær Fritids:

Vi tilstræber at Servere sund og varieret mad i henhold til kommunens kostpolitik.

- Hvad må et måltid ca. koste? Vi har ca. 200 kr. pr. dag til ca. 80 fremmødte.
- Inddrage så mange børn som muligt i tilrettelæggelse, indkøb og tilberedning.
- Madlavning giver mulighed for gode snakke om sund levevis, kostvaner i børnenes hjem, økologi, hygiejne og mere personlige emner.
- Højst et "usundt" måltid om ugen.
- Tænke i indimellem at servere mad, der er lavet fra bunden, så børnene får indblik i madens sammensætning. Mange børn har ikke kendskab til hvilke råvarer, der indgår i maden, samt hvordan retter tilberedes, da færdigretter har gjort sit indtog på supermarkedernes hylder.
- Da måltidet i klubben er et mellemmåltid, kan det ikke erstatte en god og sund madpakke.
- Der vil altid være et alternativ til det der bliver serveret, hvis barnet f.eks. ikke spiser svinekød, det er forældre og barnet, der er ansvarlig for, hvilke fødevarer der må indtages, medmindre andet er aftalt.
- Når der serveres te, er det de voksne der putter sukker i.

#### Overvejelser om slik i klubben.

- Det er acceptabelt med halspastiller og tyggegummi i klubben, endvidere er slik i små mængder ok, F.eks. 1 slikkepind der er delt ud i forbindelse med fødselsdag m.m.
- Hvis personalet ser større mængder af slik, chips osv., beder vi barnet enten at dele det med alle, eller gemme det væk i skoletasken.
- Vi opfordrer forældre til at have en dialog med deres børn, om slik, chips og sodavandsforbrug.