



AALBORG UNIVERSITY
DENMARK

Aalborg Universitet

Mad til børn i daginstitutioner og skoler

Christensen, L; Mikkelsen, Bent Egberg; Jeppesen, Z

Publication date:
2002

Document Version
Tidlig version også kaldet pre-print

[Link to publication from Aalborg University](#)

Citation for published version (APA):
Christensen, L., Mikkelsen, B. E., & Jeppesen, Z. (2002). *Mad til børn i daginstitutioner og skoler.*

General rights

Copyright and moral rights for the publications made accessible in the public portal are retained by the authors and/or other copyright owners and it is a condition of accessing publications that users recognise and abide by the legal requirements associated with these rights.

- Users may download and print one copy of any publication from the public portal for the purpose of private study or research.
- You may not further distribute the material or use it for any profit-making activity or commercial gain
- You may freely distribute the URL identifying the publication in the public portal -

Take down policy

If you believe that this document breaches copyright please contact us at vbn@aub.aau.dk providing details, and we will remove access to the work immediately and investigate your claim.

Mad til børn i daginstitutioner og skoler

Udgivet i samarbejde med Økonomaforeningen

StorKøkkenCentret, Ernæringsafdelingen
Fødevaredirektoratet

Mad til børn i daginstitutioner og skoler

Fødevarerapport 2002:9

1. udgave, 1. oplag, august 2002

© Fødevaredirektoratet

Oplag: 500 eksemplarer

Tryk: Schultz

ISBN: 87-91189-34-9

ISSN: 1399-0829

Pris: 115 kr. inkl. moms

Rapporten findes i elektronisk form på adressen: www.foedevaredirektoratet.dk

Fødevaredirektoratet

Mørkhøj Bygade 19, DK-2860 Søborg

Tlf. +45 33 95 60 00, fax +45 33 95 60 01

Prissatte publikationer kan købes i boghandelen eller hos:

Danmark.dk

Tlf. 1881 (Danmark)

Tel.: +45 35 45 00 00 (International calls)

E-mail - Sp@itst.dk

www.netboghandel.dk

Redaktion: Lene Møller Christensen

Teksten er udarbejdet af:

Lene Møller Christensen (kap. 1, 2, 3, 4, 5 og 7)

Bent Egberg Mikkelsen (kap. 6)

Zita Jeppesen (kap. 5)

Tekstbehandling og opsætning: Mariann Friberg

Forsidefoto: Morten Strunge Meyer

Udgivet i samarbejde med Økonomaforeningen

Deltagere i følgegruppe:

Alex Broksø (Kommunernes Landsforening), Bente Bang (Socialministeriet), Birgitte Warming (Undervisningsministeriet), Jens H. Dreyer (Forbundet for pædagoger og klubfolk), Ellen Trolle (Fødevaredirektoratet), Helle Eriksen (Fødevaredirektoratet), Gitte Laub Hansen (Forbrugerinformation), Ida Husby (Måltidets Hus frem til 1.3.2002, derefter Fødevaredirektoratet), Kirsten Skovsby (Økonomaforeningen), Mette Elsig (Fødevaredirektoratet), Susanne Lorenzen (Sundhedsstyrelsen) og Ulla Hølund (Sundhedsstyrelsen)

Fødevaredirektoratet er en del af Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri. Direktoratet står for administration, forskning og kontrol på veterinær- og fødevarerområdet. Herunder varetages opgaver vedrørende dyreværn for Justitsministeriet.

Regeldannelse, koordination, forskning og udvikling foregår i Fødevaredirektoratet i Mørkhøj. Kontrollen med fødevarer fra jord til bord og tilsyn med veterinære forhold varetages af de 11 fødevareregioner, som er oprettet pr. 1. januar 2000. Direktoratet består af ca. 550 årsværk, som er placeret i Mørkhøj og ca. 1.600 årsværk, som er fordelt på de 11 regioner.

StorkøkkenCentret, under afdelingen for Ernæring, er Fødevaredirektoratets forsknings- og videnscenter for offentlig måltidsservice, storkøkkener og catering. Storkøkkencentret gennemfører forsknings- og udviklingsopgaver og udgiver publikationer for storkøkkener.

Synspunkter og holdninger i materialet er nødvendigvis ikke i overensstemmelse med Fødevaredirektoratets.

Det er tilladt at citere mindre dele af rapporten, når det sker med tydelig kildeangivelse.

Forord

”Mad til børn i daginstitutioner og på skoler” er et inspirationsmateriale til iværksættere af mad- og måltidsordninger. I materialet er litteratur og lovgivning på området samt viden og erfaringer fra igangværende mad- og måltidsordninger samlet, for på den måde at gøre vejen kortere fra et ønske om madordning til realisering af samme for den enkelte daginstitution eller skole.

I dag eksisterer mange forskellige mad- og måltidsordninger rundt om i landet. Hensigten med inspirationsmaterialet er *ikke* at ensrette disse. Formålet er derimod at lette adgangen til viden på området, så maden ernæringsmæssigt tilpasses de børn, der skal spise den, at maden tilberedes under hygiejnisk korrekte forhold, og at maden serveres i trygge og rolige rammer, der stimulerer børns lyst til at spise et godt måltid mad.

I de kommende år vil projekt *alt om kost - smag for livet* (www.altomkost.dk), som er startet på initiativ af fødevarerminister Mariann Fischer Boel, sætte yderligere fokus på bl.a. mad- og måltidsordninger. Her vil materialet være et nyttigt redskab ved etablering af nye gode mad- og måltidsordninger for børn i daginstitutioner og skoler.

Inspirationsmaterialet er udarbejdet i Storkøkkencentret i Fødevardirektoratets ernæringsafdeling på opfordring af Forum for Mad til Mange. Projektet er gennemført i samarbejde med Økonomaforeningen.

Projektet er blevet fulgt af en følgegruppe med repræsentanter fra Forbrugerinformation, Foreningen af pædagoger og klubfolk, Fødevardirektoratet, Kommunernes Landsforening, Måltidets Hus, Socialministeriet, Sundhedsstyrelsen, Undervisningsministeriet og Økonomaforeningen.

Mange tak til den lange række af fagfolk, som har bidraget med inspirerende diskussioner og kommentering af materialet.

Bent Egberg Mikkelsen
Projektleder

Indholdsfortegnelse

Forord

Indholdsfortegnelse

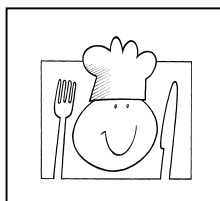
| | |
|--|------------|
| 1. Indledning | 1.1 |
| Ansvar | 1.1 |
| Målgruppe | 1.1 |
| Hvad indeholder materialet?..... | 1.2 |
| 2. Sådan kan I komme i gang | 2.1 |
| Skab fælles fodslag..... | 2.1 |
| Opstil mål for mad- og måltidsordningen..... | 2.1 |
| Klarlæg de økonomiske muligheder..... | 2.2 |
| Overvej organiseringen af mad- og måltidsordningen | 2.2 |
| Find ud af hvilken mad I vil servere..... | 2.2 |
| Kontakt den lokale Fødevareregion før I handler..... | 2.3 |
| Lav reklame for mad- og måltidsordningen | 2.3 |
| 3. Mad- og måltidspolitik | 3.1 |
| Hvorfor mad- og måltidspolitik? | 3.1 |
| Eksempler på mad- og måltidspolitikker | 3.3 |
| Flere informationer..... | 3.13 |
| 4. Valg af mad- og måltidsordning | 4.1 |
| Maden produceres i eksternt køkken | 4.1 |
| Maden produceres i daginstitution eller skole | 4.9 |
| Maden produceres med deltagelse af børn | 4.14 |
| Eksempler på mad- og måltidsordninger | 4.17 |
| Flere informationer..... | 4.23 |
| 5. Maden og måltidet | 5.1 |
| Børns kostvaner..... | 5.1 |
| De 7 kostråd | 5.2 |
| Maden..... | 5.6 |
| Rammerne for måltidet..... | 5.10 |
| Eksempler på menuplaner | 5.13 |
| Flere informationer..... | 5.20 |
| 6. Økologi | 6.1 |
| Hvorfor økologi? | 6.1 |
| Udskiftning eller omlægning | 6.2 |
| Lovgivning | 6.3 |
| Kommunalt eller institutionelt initiativ | 6.3 |
| Uddannelse | 6.3 |
| Flere informationer..... | 6.5 |
| 7. Fødevarehygiejne | 7.1 |
| Godkendelse af køkkenet og madordning | 7.1 |
| Kontakten til den lokale Fødevareregion..... | 7.3 |
| Indretning af køkkenet..... | 7.4 |
| Uddannelse i hygiejne | 7.4 |
| Produktion af maden og egenkontrol..... | 7.5 |
| Specielle forhold, når maden produceres i eksternt køkken | 7.6 |
| Specielle forhold, når maden produceres med deltagelse af børn | 7.6 |
| Ofte stillede spørgsmål | 7.7 |
| Flere informationer..... | 7.11 |

1. Indledning
2. Sådan kan I komme i gang
3. Mad- og måltidspolitik
4. Valg af mad- og måltidsordning
5. Maden og måltidet
6. Økologi
7. Fødevarehygiejne

Egne noter

Pjecer

1. INDLEDNING



For at børn har energi og ro til at lære og lege, er det nødvendigt med mad i løbet af dagen. Madpakken har været den traditionelle løsning, men mad- og måltidsordninger er også en måde, hvorpå børn kan få et måltid mad, mens de er væk fra hjemmet.

Mad- og måltidsordninger kan være med til at skabe fællesskab for børnene i rammerne uden for hjemmet og bidrage til at skabe et rart miljø. Med fokus på sunde spisevaner vil de også kunne bidrage til at hæve den ernæringsmæssige kvalitet af maden for nogle grupper af børn og unge. I en tid, hvor overvægt også er et problem for mange børn, er det særlig relevant, at der sættes fokus på den sunde mad.

Ansvar

Pasning og pleje af børn – herunder den mad de spiser – er grundlæggende forældrenes ansvar, men kommune, skole og daginstitution kan samarbejde med og støtte forældrene i at sikre, at børnene i løbet af dagen indtager sund og nærende mad. Det er op til forældrene, om børnene skal deltage i en mad- og måltidsordning eller medbringe en madpakke. Forældre har også indflydelse på mad- og måltidsordningerne ved at være repræsenteret i skole- og forældrebestyrelser.

Læs mere om skole- og forældrebestyrelser i Bekendtgørelse om lov om folkeskolen og i Vejledning om forældrebestyrelser i dagtilbud efter lov om social service til børn. Find dem på www.retsinfo.dk under Retsinformation.

Målgruppe

Inspirationsmaterialet er primært målrettet iværksættere af mad- og måltidsordninger for børn og unge i alderen 3-16 år i daginstitutioner og skoler.

Iværksættere kan f.eks. være pædagoger, lærere, køkkenpersonale, forældre, medlemmer af forældre- og skolebestyrelser m.fl. Køkkenpersonalet kan både være placeret i daginstitutioner, skoler eller eksterne køkkener.

Kommuner, herunder de kommunale forvaltninger og sundheds- og tandplejen, vuggestuer og fritidsordninger, kan også bruge dele af materialet.

Hvad indeholder materialet?

I materialet gives inspiration til løsning af nogle af de praktiske spørgsmål, som der kan være i forbindelse med at etablere en mad- og måltidsordning. Pædagogiske aktiviteter om mad er en måde hvorpå børn også kan få viden, handlekompetence og gode oplevelser med mad. Emnet er ikke behandlet i dette materiale, da det så ville blive for omfattende.

Sådan kan I komme i gang

Kapitel 2 indeholder et forslag til arbejdsgang og opsummering af de grundlæggende overvejelser, som I kan gøre jer, når I vil i gang med at lave en mad- og måltidsordning. Der er endvidere henvisninger til kapitler i resten af materialet, hvor I kan læse mere om de enkelte områder.

Mad- og måltidspolitik

Kapitel 3 handler om mad- og måltidspolitik, også kaldet kost- eller ernæringspolitik, og giver inspiration til, hvordan I kan lave en mad- og måltidspolitik. Desuden er der konkrete eksempler på både kommunale og individuelle mad- og måltidspolitikker.

Valg af mad- og måltidsordning

Kapitel 4 beskriver tre overordnede måder, hvorpå I kan organisere jeres mad- og måltidsordning. Kapitlet beskriver fordele og ulemper ved de forskellige måder og giver en oversigt over organiseringsmuligheder, regler for moms, forældrebetaling mm. Endelig giver kapitlet konkrete eksempler på eksisterende mad- og måltidsordninger.

Maden og måltidet

Kapitel 5 beskriver de grundlæggende ernæringsmæssige principper for mad til børn og giver ideer til, hvilken mad I kan servere. Endelig gives konkrete eksempler på madplaner.

Økologi

Kapitel 6 giver inspiration til, hvordan I kan gribe det an, hvis I vil omlægge til brug af økologiske fødevarer.

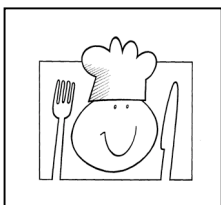
Fødevarerhygiejne

Kapitel 7 beskriver de fødevarerhygiejniske krav, som I skal være opmærksom på, når I vil starte en mad- og måltidsordning.

Flere informationer

Sidst i materialet findes pjecer med ekstra oplysninger, og alle kapitler indeholder henvisninger til uddybende materialer og hjemmesider, hvor I kan få endnu mere inspiration.

2. SÅDAN KAN I KOMME I GANG



I dette kapitel er beskrevet et forslag til arbejdsgang, som I kan bruge som udgangspunkt for og inspiration til den proces, det er at etablere en mad- og måltidsordning.

Skab fælles fodslag

Succesen for en mad- og måltidsordning afhænger ofte af, om den har opbakning fra alle implicerede parter. Det er derfor en god ide at samle en arbejdsgruppe, så I ikke står alene med initiativet.

Arbejdsgruppen kan bestå af repræsentanter for:

- ledelsen
- skole- eller forældrebestyrelsen
- det pædagogisk personale (pædagoger/lærere)
- køkkenpersonalet
- forældrene og børnene

En repræsentant fra kommunen kan være med til at sikre initiativet endnu mere opbakning. Repræsentanten kan f.eks. være:

- chefen for daginstitutions- og skoleområdet
- sundhedsplejersken, tandplejen eller andet sundheds- eller kostfagligt personale
- den pædagogiske konsulent
- den grønne guide eller agendamedarbejder

Opstil mål for mad- og måltidsordningen

Hvis I ikke allerede har lavet en mad- og måltidspolitik, også kaldet en kost- eller ernæringspolitik, er det en af de første ting, som arbejdsgruppen kan arbejde med. En mad- og måltidspolitik kan besvare spørgsmål som:

- Hvad er formålet med mad- og måltidsordningen?
- Hvilke krav stiller I til mad- og måltidsordningen?
- Hvem har ansvaret for mad- og måltidsordningen?

I kan få mere inspiration til at opstille mål og udforme mad- og måltidspolitikker i kapitel 3.

Klarlæg de økonomiske muligheder

- Har I mulighed for at søge midler fra kommunale, amtslige eller statslige puljer?
- Har I mulighed for at få tilskud til ansættelse af køkkenpersonale?
- Skal I etablere nyt køkken eller spiselokale?
- Har I behov for konsulenthjælp eller kurser?
- Hvor meget kan/vil forældre og børn betale for maden?
- Hvilke momsregler skal I følge?
- Hvilke omkostninger skal I kalkulere med?

I kan få mere inspiration til økonomiske overvejelser i kapitel 4.

Overvej organiseringen af mad- og måltidsordningen

- Hvor skal maden laves – i et eksternt køkken eller i daginstitutionen/skolen?
- Hvem skal lave maden – køkkenfaglig eller pædagogisk personale?
- Skal børnene være med til at tilberede og/eller sælge maden?
- Hvordan organiserer I bestilling af maden?
- Hvordan organiserer I eventuel transport af maden?
- Skal børnene betale kontant eller via madkuponer?
- Hvor skal børnene spise maden?

I kan få mere inspiration til organiseringen af jeres mad- og måltidsordning i kapitel 4.

Find ud af hvilken mad I vil servere

- Hvilke måltider vil I servere?
- Vil I servere både kolde og varme retter?
- Hvor sund skal maden være?
- Vil I servere fast food, kage og saftvand?
- Hvordan vil I forholde jer til børn på diæt og børn fra andre kulturer?
- Hvor længe har børnene til at spise maden?

I kan få mere inspiration i kapitel 5 og 6.

Kontakt den lokale Fødevareregion før I handler

Når I har en idé om, hvilken type mad- og måltidsordning I vil have, og hvilken mad I vil servere, er det vigtigt, at I – som det første – kontakter den lokale Fødevareregion. Revurder eventuelt organiseringen og hvilken mad I vil servere ud fra Fødevareregionens anbefalinger.

Fødevareregionen har bl.a. brug for oplysninger om:

- Hvordan er køkkenet og eventuelt salgsløkalene indrettet?
- Hvordan er lagerforholdene og personalet toiletterne?
- Hvor mange børn skal spise med?
- Hvilken mad vil I servere?
- Hvor ofte vil I servere mad?
- Hvem skal tilberede maden?
- Hvilken uddannelse har personalet?
- Hvordan vil I lave egenkontrol?

Læs mere om de hygiejnemæssige krav til en mad- og måltidsordning i kapitel 7.

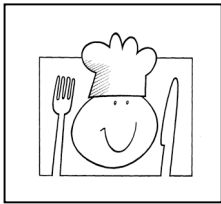
Lav reklame for mad- og måltidsordningen

Mad- og måltidsordninger, som skal fungere ved frivillig deltagelse, kræver, at der bliver reklameret for dem og oplyst om, hvad de indeholder. Forældrene skal have tillid til ordningen, og børnene skal synes, at det er smart at spise maden.

I kan skabe opmærksomhed om mad- og måltidsordningen via:

- forældremøder
- plakater og pjecer
- temadage/uger
- gratis mad på åbningsdagen
- markering af ”Smagens dag”
- konkurrencer
- indlæg i lokale aviser og/eller skoleblad, nyhedsbrev, og hvis det er muligt lokalt TV

3. MAD- OG MÅLTIDSPOLITIK



En mad- og måltidspolitik er en fælles vedtaget og nedskrevet målsætning for, hvad I vil med maden til børnene, og hvordan I vil gøre det i praksis.

Hvorfor mad- og måltidspolitik?

Der er mange gode grunde til at have en mad- og måltidspolitik. En af grundene er, at det er vigtigt, at få skabt en fælles holdning til maden, så alle arbejder mod samme mål.

Hvorfor have en fælles vedtaget mad- og måltidspolitik?

- For at sikre at børnene får sund og varieret mad.
- For at give børnene gode rammer omkring måltidet.
- For at give børnene viden og færdigheder om mad.
- For at vise forældrene hvilken mad børnene får, når de er væk hjemmefra.
- For at skabe samarbejde om maden og måltiderne.
- For at sikre at alle arbejder mod samme mål.

Kommuner og amter arbejder med målsætningerne på et overordnet niveau, og hér kaldes de ofte for fødevarer-, kost- eller ernæringspolitikker. I daginstitutioner/skoler er det en god ide at formulere jeres egne målsætninger for en mad- og måltidsordning.

Målsætningerne skal være konkrete og målbare. Hvis der findes en kommunal/amtslig politik, er det normalt, at tage udgangspunkt i denne. Står der f.eks. i den kommunale/amtslige politik, at børnene skal tilbydes sunde og nærende måltider, bør I konkret definere, hvad I mener med sunde og nærende måltider.

Det er vigtigt, at både børn og forældre inddrages i udformningen af mad- og måltidspolitikken. Dette kan ske ved f.eks. at sammensætte en arbejds-

gruppe, som beskrevet i kapitel 2. Det er ligeledes vigtigt, at alle personalegrupper efterlever målsætningerne.

En mad- og måltidspolitik kan f.eks. indeholde jeres holdning til følgende spørgsmål:

- Hvad er formålet med at have jeres egen mad- og måltidspolitik?
- Hvordan indgår mad- og måltidsordningen i de pædagogiske aktiviteter eller i undervisningen?
- Hvordan er de fysiske og sociale rammer omkring måltidet?
- Hvor meget tid vil I afsætte til måltiderne?
- Hvilke måltider omfatter mad- og måltidsordningen?
- Hvilke ernæringsmæssige krav stiller I til måltiderne?
- Har I bestemte krav til valg af råvarer?
- Hvordan forholder I jer til mad til børn fra andre kulturer?
- Hvordan forholder I jer til mad til børn på diæt?
- Hvilke kvalifikationer skal den, der tilbereder maden, have?
- Hvem har ansvaret for maden og måltiderne?

I slutningen af dette kapitel kan I se Sundhedsstyrelsens nyeste anbefalinger for en mad- og måltidspolitik på skoler, og I kan se konkrete eksempler på både kommuners, daginstitutioners og skolers mad- og måltidspolitikker.

Eksempler på mad- og måltidspolitikker

Sundhedsstyrelsens anbefalinger

Daginstitutioner

Kostpolitik for daginstitutions- og dagplejeområdet i Høje

Taastrup kommune

Kostpolitik i børnehaven Agerhønen, Hedehusene

Børnehaven Holbæk Haves Madpolitik 2001, Holbæk

Skoler

Kostpolitik for Holstebro kommunale Skolevæsen

Kostpolitik på Munkekærskolen, Solrød Strand

Sundhedsstyrelsens anbefalinger til en mad- og måltidspolitik

Måltiderne

- Mad og måltider skal være en integreret og prioriteret del af skoler og fritidsinstitutioners hverdag.
- Skoler og fritidsinstitutioner må give skoleelever mulighed for at spise et mellemmåltid om formiddagen, frokost og et mellemmåltid om eftermiddagen. Hvis der er behov for det, må der også være mulighed for at spise morgenmad.
- Måltider tager tid – 20 minutter er ikke for meget til frokosten. Afsæt gerne 30 minutter eller mere.
- Vær opmærksom på at spiselokalets indretning og atmosfære har betydning for, hvordan måltiderne opleves.
- At voksne er til stede og spiser sammen med børnene har stor betydning for børns oplevelse af måltidets kvaliteter. Børn under 13 år bør have selskab af en voksen ved måltiderne.
- Måltiderne skal tilgodesee børns forskellige behov. Måltiderne er også sociale samlingspunkter, hvor der udvikles samværsformer, som kan fremme trivslen.

Mad og drikke

- Skoleelever bør have adgang til at få eller købe sund og velsmagende mad i skoler og fritidsinstitutioner.
- Skoleelever bør have adgang til at kunne få eller købe skummet- og letmælk samt frugt og grønt – gerne forskellige slags. Koldt drikkevand bør være let tilgængeligt hele dagen.
- Slik og sodavand bør begrænses og forbeholdes særlige lejligheder.
- Mad opbevares bedst køligt. Hver der ikke er mulighed for at opbevare madpakker i køleskab, må forældrene orienteres herom.

Mad- og måltidspolitik

- Børn og unges trivsel og sundhed kan støttes og styrkes med udgangspunkt i mad og måltider. Skoler og fritidsinstitutioner opfordres til at udarbejde en plan eller en politik for, hvordan arbejdet med mad og måltider prioriteres.
- Børn, unge, forældre, lærere, skoleledelse, den kommunale tandpleje og sundhedstjeneste og andre aktører i lokalmiljøet (f.eks. detailhandlen og fritidsforeninger) kan inddrages i arbejdet.
- Politikker og planer bør løbende tages op til debat og udvikling.
- Politikker og planer for mad og måltider kan også inddrage temaer som økologi, bæredygtighed, fødevarer kvalitet og fysisk aktivitet.

Kilde: Mad og måltider – en fælles investering i sundhed og trivsel (2000) Husby I, Sundhedsstyrelsen, København.

Daginstitutioner

Kostpolitik for daginstitutionss- og dagplejeområdet i Høje-Taastrup kommune

FORMÅL

Kostpolitikken skal overfor brugere og personale synliggøre kommunens målsætninger vedrørende kost i kommunens dagpasningsordninger.

OMFANG

Kostpolitikken gælder for alle dagplejer, vuggestuer, integrerede institutioner og børnehaver, hvor der gives og spises mad.

1. Kosten i dagpasningsordningerne skal være sund. Det er målet, at kosten følger de overordnede retningslinier og anbefalinger for sammensætning og kvalitet, som Forbrugerstyrelsen og Nordiske Næringsstofanbefalinger har givet.
2. Det er målet, at børnene får dækket deres behov for energi i det tidsrum, de er i pasningsordningerne.
3. Det skal sikres, at kosten er produceret, fremstillet og forarbejdet under størst mulig hensyntagen til miljøet. Det er målet, at 90% af den kost som institutionerne indkøber, består af økologiske fødevarer. For dagplejen er målet minimum 50%.
4. Det er institutionsledelsen som har det overordnede ansvar for at kosten lever op til kostpolitikken.
5. Det bør sikres, at det køkkenfaglige personale til stadighed er bekendt med kostpolitikken og opnår og vedligeholder de nødvendige faglige kvalifikationer gennem uddannelse og erfaringsudveksling. Køkkenmedarbejderne bør have indflydelse på kursustilbuddene vedrørende kost, blandt andet ved at være repræsenteret i et kursusudvalg.
6. Børnene bør tilbydes aktiviteter, der kan understøtte en forståelse af, hvor maden kommer fra. Det kan være i en naturlig sammenhæng med aktiviteter omkring mennesker og natur. Da kommunen rummer land og by, er der oplagte muligheder for at gøre madens vej fra jord til bord synlig for børnene. Naturvejlederen og de pædagogiske konsulenter kan inddrages til at støtte og inspirere denne indsats.
7. Børnene bør inddrages i madlavning, borddækning, afrydning, opvask o.s.v., hvor det er muligt og sikkerhedsmæssigt forsvarligt.
8. Maden serveres i en god atmosfære og på en måde, så børnene får lyst til at spise. Det er en pædagogisk opgave at tilrettelægge de fysiske og sociale rammer omkring måltidet, så det fremmer børnenes appetit til maden og lyst til fællesskabet omkring måltidet. De pædagogiske konsulenter kan støtte og inspirere til at skabe disse rammer omkring det gode måltid.
9. Personale og forældre bør drøfte måltidernes pædagogiske betydning (bordskik, hygiejne og individuelle behov omkring måltiderne) og kostens ernæringsmæssige betydning.
10. Den kost, der tilbydes i pasningsordningerne skal tage udgangspunkt i den danske madtradition, som løbende påvirkes fra forskellig side. Der skal vises respekt for de forskellige madtraditioner.
11. Special- og diætkost skal aftales i hvert enkelt tilfælde mellem forældre og institution efter samråd med sundhedsplejerske og/eller familiens læge. Så vidt muligt sammensættes specialkosten af de almindelige fødevarer, som børnegruppen i øvrigt bliver tilbudt.

Kilde: www.htk.dk (19.06.2002) og intern pjece

Kostpolitik i Agerhønen

Med udgangspunkt i Høje-Taastrup kommunes retningslinier har Agerhønen i Hede-
husene udarbejdet følgende kostpolitik.

Sund kost

Det er Agerhønenens mål:

- at give børnene lyst til at spise
- at lære børnene gode og sunde kostvaner
- at servere op til 90% økologisk

Børnene tilbydes dagligt mellem 1 og 4 måltider i institutionen (børnehavebørnene har selv madpakke med til frokost). (Pr. 1.1.2002 får børnehavebørnene også tilbudt mad i institutionen (red.))

Institutionen vil fortrinsvis bruge kødtyper som indmad, lam og fisk, da indmad er meget jernrigt, lam er den mindst allergene kødtype, og fede fisk indeholder D-vitaminer, som fremmer optagelsen af kalk til knoglerne.

Der serveres sødmælk til vuggestuebørnene og letmælk til børnehavebørnene. Vand vil altid være tilgængeligt. Saft vil kun forefindes i institutionen i begrænset omfang i forbindelse med festlige lejligheder, f.eks. fødselsdage, da sukkerholdige drikke ikke fremmer sundheden, men til gengæld optager pladsen for andre vigtige næringsstoffer.

Der gives ikke vitaminpiller i institutionen.

Et barn vil aldrig blive tilbudt mad, som strider imod barnets kulturelle eller religiøse forskrifter.

Special- og diætkost skal aftales i hvert enkelt tilfælde mellem forældrene og institutionen efter samråd med sundhedsplejerske og/eller familiens læge.

Hvordan arbejder vi med at opnå vore mål ?

- Lysten til at spise:

Vi bestræber os på at gøre måltidet roligt og hyggeligt uden for mange konflikter. Når vi spiser sidder vi i små grupper, så der er tid til kontakt med det enkelte barn. Inden vi sætter os til bordet, har vi inddraget børnene i forberedelserne ved at fortælle, at nu skal vi have mad, og de er selv med til at hente kopper, tallerkner og andre ting, der skal bruges til måltidet.

Vi lægger vægt på at spise sammen, men hvis et børnehavebarn er sultent, har det altid mulighed for at tage et stykke mad fra sin madpakke, eller hvis der ikke er mere mad i madpakken, kan institutionen altid tilbyde et stykke brød.

- Lære gode og sunde kostvaner:

Personalet er bevidste om betydningen af, at de selv er gode forbilleder ved at spise sund mad og samtidig udviser en positiv holdning overfor den mad, der serveres.

På Gul og Blå stue holdes ”mad-dag” 2 gange om måneden i vinterhalvåret. Børn og voksne køber ind og tilbereder maden sammen.

Når et barn fylder 3 år, skal det have madpakke med til frokost, og forældrene indbydes til at deltage i et informationsmøde, hvor der informeres om vigtigheden af en ernæringsrigtig kost og gives forslag til indhold i madpakken. (Pr. 1.1.2002 får børnehavebørnene også tilbudt mad i institutionen (red.))

- 90% økologisk

Vi får hovedsagelig leveret varer fra et af de firmaer, kommunen har indgået aftale med og vi serverer sæsonens frugter og grøntsager.

Kostpolitikken er udarbejdet af kostudvalget og godkendt i brugerbestyrelsen d. 14/11 2000. Kostpolitikken revideres i starten 1 gang om året i august måned.

Holbæk Haves Madpolitik 2001



Holbæk Haves Madpolitik 2001

I Holbæk Have serveres der en økologisk, næringsrig og varieret mad

95% af maden skal være økologisk i 2001. Der skal købes årstidens frugt og grønt, og der skal hentes frisk fisk på havnen en gang om ugen.

Vi skal lære børnene sunde kostvaner ved hjælp af gode eksempler og rart samvær omkring spisningen

Maden skal spises under en rar og hyggelig stemning. Der må ikke være for mange regler omkring maden.

Vi skal lade børnene spise i deres eget tempo med rolige overgange mellem spisning og andre aktiviteter. Børnene skal opleve måltiderne som noget positivt, der giver ny energi. Maden skal præsenteres, så den ser lækker ud; børnene skal løbende præsenteres for nye retter.

Børnene skal udvikles mundmotorisk og lære sociale spilleregler ved spisningen

Ved tilberedelse af maden skal der tænkes bevidst på, at børnene får noget, de skal tygge, da det virker stimulerende på taleorganerne (sproglig udvikling).

Børnene skal deltage i alle de praktiske gøremål omkring maden, såsom dække bord, øse op, række til hinanden. Ved måltiderne lærer børnene de første sociale spilleregler – række til hinanden, vente på hinanden, ikke råbe i munden på hinanden.

Børnene er en naturlig del af Holbæk Haves madkultur

Børnene skal efter lyst og interesse deltage i madlavningen.

De voksne har ansvaret for, at madlavningen bliver en tiltrækkende og hyggelig aktivitet på lige fod med de øvrige aktiviteter i huset.

Sammenhæng: Børnene skal vide, hvor maden, de spiser, kommer fra, og hvordan den bliver tilberedt.

Der serveres ikke svinekød i Holbæk Have

Institutionen har mange etniske nationaliteter. Efter aftale med forældrebestyrelsen serveres der ikke svinekød i dagligdagen.

Udelukkelse af svinekød giver en bedre rationel arbejdsgang og større tryghed hos de etniske nationaliteter.

Lægeerklæring er nødvendig, hvis et barn skal på diæt

Af hensyn til barnets ernæring, skal der foreligge en lægeerklæring, hvis et barn skal på diæt.

Vi efterkommer forældrenes ønsker, når det gælder specifikke madvarer, som fx jordbær, citrusfrugter mv.

Køkkenassistenten skal være ajourført med ny viden inden for småbørnsernæring

Køkkenassistenten skal løbende, via kurser og ny litteratur, ajourføre sin viden om små børns ernæring.

Køkkenassistenten deltager med ligestillede i en netværksgruppe sammen med kommunens øvrige ansatte i vuggestuerne.

Der udarbejdes månedlige kostplaner for børnenes frokost og eftermiddagsmad

Køkkenassistenten er ansvarlig for at udarbejde månedlige kostplaner for børnenes kost. Kostplanerne hænges op på tavlen ved indgangen.

Veletableret udekøkken

Skal bruges mest muligt af det pædagogiske personale og køkkenassistenten, da Holbæk Have har en aktiv udepolitik.

Pædagoger og børn laver mad en gang om ugen, året rundt, på køkkenassistentens fridag.

Kombineret køkken og fællesrum

Udover at børnene deltager i madlavningsprocesserne, er det kombinerede køkken og fællesrum et hyggerum, hvor grupper af børn kan læse og lege stille lege.

Fællesrummet skal være et imødekommende og rart sted at opholde sig.

Børnene kan modtage 4 måltider daglig i Holbæk Have

Morgenmad fra 6.30 til 8.00

Ansvarlig: Pædagogisk personale

Formiddagsfrugt ca. 9.30

Ansvarlig: Pædagogisk personale

Frokost ca. 11.15 til ca. 12.30

Ansvarlig: Køkkenassistenten med hjælp fra det pædagogiske personale

Eftermiddagsmad ca. 14.30

Ansvarlig: Køkkenassistenten

Fredagen er det pædagogiske personale ansvarlig for eftermiddagsmaden.

Frokost – der serveres varm mad 3 gange om ugen og rugbrød inkl. lune retter 2 gange om ugen. Der vil være 4 slags pålæg plus grønt tilbehør.

Køkkenassistenten og det pædagogiske personale bager med børnene hver dag

Brødet skal være koldhævet, da gærmængden skal være mindst mulig af hensyn til vores 0 – 3 årige.

Hygiejne – vaske hænder

Børnene skal vaske deres hænder, inden de spiser mad.

Mellem madholdene skal bordene tørres af, og der skal sættes frisk og varm mad på bordet.

Økonomi ved fuld kost

Børnehavebørnene og de ansatte betaler 125 kr. om måneden for maden.

En forældreforening er ansvarlig for forældreindbetalingerne.

Fællesspisning med forældrene 4 gange om året

Økonomien og tilberedelsen af maden deles mellem Holbæk Have, forældrebestyrelsen og forældrene. Køkkenassistenten er behjælpelig og deltager i fællesspisningen.

Brugerundersøgelse

Der blev foretaget en tilfredshedsundersøgelse i september 1999.

Den samme undersøgelse vil blive foretaget i maj 2002.

Læs mere om Holbæk Have på deres hjemmeside:

<http://web.holbkom.dk> (19.06.2002)

Mad- og måltidspolitik for skoler

Kostpolitik for Holstebro kommunale Skolevæsen



Vejledende retningslinjer for skolerne

"Skolen skal bidrage til, at børnene kan fremme egen og andres sundhed og livskvalitet."
(Citater fra Målsætning for Holstebro kommunale Skolevæsen)

Formålet med kostpolitikken

- At det tilstræbes, at skolebørnene i Holstebro Kommune har nem adgang til frisk mad af høj kvalitet i skoletiden.
- At fremme børnenes muligheder for at træffe sunde valg på baggrund af kvalificeret viden og indsigt.
- At medvirke til, at børnene på længere sigt får sunde spisevaner.
- At forebygge social ulighed.

Begrundelsen

Sunde og mætte børn fungerer bedre socialt og lærer og udvikler sig bedre. Den daglige praksis omkring spisning bør være i overensstemmelse med den teoretiske viden om sundhed, som eleverne får i skolens fag. Det er muligt at forebygge livsstilssygdomme som kræft, hjerte-karsygdomme, alderdomsdiabetes, spiseforstyrrelser, fedme og knogleskørhed ved at spise sund mad.

Ansvar

Elevernes forældre har hovedansvaret for børnenes kost. Skolen er medansvarlig for at udvikle elevernes forudsætninger for at tage vare på egen og andres sundhed. Skolen og skolesundhedstjenesten er ansvarlig for at etablere en konstruktiv dialog med forældrene om betydningen af, at børnene får en ernæringsmæssigt forsvarlig kost.

Rammerne for spisningen

Elever, lærere og forældre samarbejder om at skabe de bedste mulige rammer om spisningen på den enkelte skole. Det tilstræbes, at maden kan spises i en hyggelig, rolig atmosfære, som fremmer følelsen af fællesskab og glæden ved at spise. Der skal altid være en lærer til stede, når børnene spiser. Spisepausen skal have en længde, der både giver ro til at spise og mulighed for en pause bagefter. Der bør være mulighed for, at madpakkerne opbevares i køleskab. Skolemælken skal stadig være kold, når den når frem til klassen.

Skoleboden / skolekantin

I skoleboden forhandles ernæringsrigtige mad- og drikkevarer, der lever op til de officielle kostanbefalinger.

Maden skal være indbydende og appetitlig.

Skoleboden/kantinen bør være miljø- og ressourcebevidst m.h.t. indkøb af varer såvel som brug af emballage.

Det anbefales, at anvende årstidens frugt og grøntsager.

Skolerne bør være miljøbevidste i valg af fødemidler.

Det tilstræbes, at priserne holdes på et overkommeligt niveau.

Kostpolitikken er udarbejdet på opfordring fra Holstebro Kommunes Sundheds- og Forebyggelsesråd (SUFO).

Oplægget er udarbejdet i foråret 1999 af en arbejdsgruppe bestående af:

- Minna Kristensen, Ellebækskolen
- Margit Ploughmann, Sct. Jørgens Skole
- Margit Vendelbjerg, SUFO
- Rie Staghøj, Sundhedsplejen
- Susanne Felding, Sundhedsplejen
- Lise Dalsgaard, Folkeskoleafdelingen

Vedtaget - efter forudgående høring hos skolebestyrelserne - i Udvalget for Børn og Unge den 16. december 1999 som vejledende retningslinier for folkeskolerne i Holstebro Kommune.

Udvalget for Børn og Unge

Kilde: <http://www.holstebro.dk/service/Institutioner/skoler/skolemad/kostpolitik.html>
(11.3.2002)

Kostpolitik på Munkekærskolen, Solrød Strand

Et længere liv med bedre livskvalitet og social lighed i sundhed.

Det er to af de overordnede mål for regeringens folkesundhedsprogram.

Det er store ord, men de er på linie med de tanker, vi har gjort os under arbejdet med en kostpolitik for Munkekærskolen.

Formål

- at lære børnene gode kostvaner og at træffe sunde valg
- at samarbejde med forældrene, så sundhed og gode kostvaner er en fælles sag
- at skabe ro og trygge rammer, så børnene forbinder det at spise med noget rart
- at sikre ernæringsrigtig mad i skoleboden som supplement/erstatning for madpakken.

Vi vil nå disse mål ved,

- at prioritere hjemkundskab højt og have det som obligatorisk fag i 2 år, samt tilbyde det som valgfag på 8. og 9. klassetrin med 3 ugentlige lektioner
- at satse på at klasserne arbejder med emner, der er relevante for sundhed og ernæring, hvor det naturligt indgår
- at satse på friske økologiske råvarer, samt sæsonens frugter og grønt i skoleboden, såvel som i den daglige undervisning
- at lære eleverne at skelne mellem hverdagsmad og mad ved festlige lejligheder
- at børnene har mulighed for at opbevare deres mad på køl
- at børnene har adgang til frisk vand.
- at inspirere og inddrage forældrene, hvor det er hensigtsmæssigt
- at fastholde den høje status, som madpakken har hos langt de fleste børn og forældre
- at sikre, at børnene har den nødvendige ro til at spise i, ved at en lærer, som samtidig fungerer som rollemodel, er sammen med klassen
- at sikre, at børnene har den nødvendige tid til at spise i (Nuværende ordning fungerer godt. Her har eleverne 15 min. + mulighed for ekstra tid i klassen med tilsyn af inde-vagt.)
- at morgenmadstilbudene i SFO'erne er ernæringsrigtig sammensat
- at give børnene mulighed for, til en rimelig pris, at købe mættende, spændende mad, som samtidig følger Sundhedsstyrelsens anbefalinger
- at differentiere på priserne, så mindre sunde varer sælges med større avance
- at samarbejde med Aktivitetscentrets køkken og/eller andre om levering af samlede måltider til skoleboden
- at søge tilskud fra Staten for at få skoleboden til at balancere i starten (på sigt skal boden kunne hvile i sig selv, eller have kommunalt tilskud)

Vi planlægger at evaluere skolens kostpolitik løbende.

Flere informationer

Daginstitutioner

Håndbog om kostpolitik. Eksempler på hvordan pasningsordninger, kommuner og forældre i fællesskab kan forbedre børns muligheder for at lære at spise sundt (1996). Ernæringspolitisk Landsudvalg.

Kan købes hos Mejeriforeningen, tlf. 87 31 20 00 eller www.mejeri.dk.

Pris 15 kr.

Skoler

Mad og måltider – en fælles investering i sundhed og trivsel. Sundhedsfaglig dokumentation og anbefalinger for mad og måltider i grundskoler og fritidsinstitutioner (2000) Husby I. Sundhedsstyrelsen, København.

Kan købes hos Sundhedsstyrelsens Publikationer, c/o Schultz Information, tlf. 70 26 26 36. Pris 40 kr. ekskl. ekspeditionsgebyr og forsendelse.

Hele publikationen findes også på www.spisesiden.dk.

Så er der serveret (2002), Økonomaforeningen, København.

Vedlagt dette materiale.

Århus har en opskrift. Håndbog om skolekantiner (1999) Christiansen A, Jepsen RM & Nielsen HF. Århus Kommunale Skolevæsen, Sundhedssektoren, Århus Kommune.

Kan købes hos Kommune Information, tlf. 89 40 22 22. Bestillingsnummer 193. Pris 850 kr. ekskl. ekspeditionsgebyr og forsendelse.

Især god hvis I vælger at bruge Århus-modellen. Se beskrivelse af denne i kapitel 4.

Eksterne køkkener

Redskabet (2002) Økonomaforeningen, København.

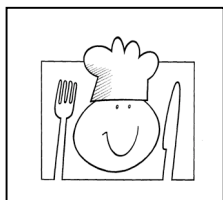
Kan købes hos Økonomaforeningen, tlf. 33 13 82 11 eller

www.oekonomaforeningen.dk. Pris 350 kr., for medlemmer 250 kr.

Hjemmesider

www.spisesiden.dk, Børn, Mad og Måltider, Sundhedsstyrelsen.

4. VALG AF MAD- OG MÅLTIDSORDNING



Dette kapitel beskriver de økonomiske og organisatoriske overvejelser, som I må gøre jer i forbindelse med valget af en mad- og måltidsordning. Det har stor betydning for økonomi og organisering af mad- og måltidsordningen, hvor og hvordan maden produceres. Derfor tager dette kapitel udgangspunkt i tre måder, hvorpå maden kan produceres, nemlig

- A) i et eksternt køkken
- B) i daginstitutionen eller på skolen
- C) med deltagelse af børn

Der er mange måder at organisere en mad- og måltidsordning på. Måske har I en ide til en anden måde at organisere jeres madordning på, eller måske vil I starte i det små med at servere morgenmad eller frokost et par gange om ugen. Det følgende kan I bruge som inspiration og udgangspunkt for den proces, som I skal igennem for at etablere en mad- og måltidsordning.



Maden produceres i eksternt køkken

Produktion af mad i et eksternt køkken bruges i dag mest af skoler, men kan også bruges af daginstitutioner. Maden leveres fra f.eks. plejehjemskøkkener, hospitalskøkkener, centralkøkkener, køkkener på produktionsskoler, cateringvirksomheder eller måske fra slagtere og bagere. Det eksterne køkken kan stå for levering af alle mad- og drikkevarer, som udbydes, men det kan også kun være enkelte dele af maden, f.eks. en varm ret eller sandwich.

EKSTERNT KØKKEN

Fordele

- ☺ Professionelt køkkenpersonale
- ☺ Nærmere og til dels billigere, da produktionskøkkenet er etableret og godkendt af fødevareregionen

Ulemper

- ☹ Svært at holde kontakten mellem daginstitutionen/skolen og det eksterne køkken
- ☹ Svært at inddrage børnene i tilberedning af maden
- ☹ Maden skal indpasses i den eksisterende produktion i det eksterne køkken

Økonomi

Etablering og drift

Denne type mad- og måltidsordning er en af de mindst ressourcekrævende for daginstitutionen/skolen, og etableringsudgifterne ligger hovedsagelig i opstartfasen. I daginstitutionen/skolen må I regne med udgifter til el, vand, rengøring mm. og eventuelt også indkøb af bil til transport af maden, etablering af modtagekøkken, inkl. service, samt eventuel indretning af salgs- og spiselokale.

På daginstitutionen/skolen kan I med fordel lave en børne- og forældrebegivenhed ud af indretningen af et hyggeligt spiseareal.

I det eksterne køkken er der ligeledes udgifter til el, vand, rengøring og slid på udstyr. Dertil kommer eventuelle nødvendige indkøb af nyt udstyr, f.eks. til øget kølekapacitet, transport mm. I de fleste tilfælde er der tale om en mindre udgift.

Personale

Den ekstra madproduktion i det eksterne køkken kan måske udføres af det normerede personale ved en omlægning af produktionen, men det kan eventuelt blive nødvendigt med ansættelse af mere personale.

I daginstitutionen vil I sjældent få brug for ansættelse af mere personale, hvis maden leveres udefra. På skolen kan personale fra det eksterne køkken, elever, lærere eller andre faggrupper stå for videresalget. Det kan evt. blive nødvendigt med ansættelse af mere personale.

Der er ofte mulighed for at søge tilskud fra kommunale, amtslige eller statslige puljer. Hvis I får en enkeltbevilling, så overvej hvordan I vil bruge pengene. For ikke at være afhængig af midlerne til aflønning af personale eller betaling af råvarer, når bevillingen stopper, er det en god idé at bruge pengene til etableringsudgifter, kurser o. lign., og lade udgifter til råvarer og løn til personale være brugerfinansieret.

Momsafregning

Momsafregningen afhænger af, hvordan I organiserer madordningen. I efterfølgende skema er beskrevet nogle af de mest kendte situationer. Er I i tvivl og/eller har spørgsmål i øvrigt, kan I kontakte den lokale told- og skateregion. Adressen findes på hjemmesiden www.toldskat.dk.

| Eksempler på momsafregning | |
|---|--|
| HVIS ... | SÅ ... |
| ... en kommunal institution (f.eks. et plejehjem) sælger en del af sin mad videre til en daginstitution eller skole | ... skal den kommunale institution registreres for moms, når salget overstiger 20.000 kr. årligt. |
| ... en kommunal institution (f.eks. et plejehjem) sælger en del af sin mad videre til en kommunal daginstitution eller skole, og de to institutioner er inden for samme kommune eller amtskommune | ... bliver leverancen mellem den kommunale institution og daginstitution/skole momsfri. Daginstitutionens* eller skolens videresalg til børnene er dog momspligtig. |
| ... en kommunal institution (f.eks. et plejehjem) selv sælger en del af sin mad direkte til børnene på skolen | ... bliver salget mellem den kommunale institution og børnene på skolen momspligtig, hvis dette overstiger 30.000 kr. årligt. |

*: Bemærk at en kommunal daginstitution under serviceloven ikke selv kan stå for salget. Salget skal foregå gennem en forældreforening eller som et tilbud i tilknytning til en selvejende daginstitution. Se afsnittet Regler for forældrebetaling.

Reglerne om momsafregning kan I læse i Momsloven, §§ 3, 4, 9 og 37, som I finder på www.retsinfo.dk og i Momsvejledning 2001 afsnit D.7, som findes på www.toldskat.dk.

Priser

Salgsprisen afhænger af råvarerne, løn og øvrige driftsudgifter. Indkøbsaftaler med fleksible leverandører er en god mulighed for at få råvareprisen formindsket.

En typisk udgift til et barns deltagelse i en mad- og måltidsordning i forbindelse med en daginstitution er 200-300 kr. pr. måned afhængig af, hvor mange måltider forældrene ønsker.

Erfaringen fra skoler viser, at salgsprisen pr. enhed ikke må overstige 10-15 kr., hvis den skal kunne konkurrere med den lokale bager eller tankstation. Prisen afhænger selvfølgelig af portionens størrelse og typen af mad. Vær opmærksom på at større børn spiser mere og ofte må købe for 20 kr. for at blive mætte.

Det er meget forskelligt, hvor tit et barn vil købe mad. Erfaringen viser, at et barn typisk køber mad 1-2 gange pr. uge svarende til, at 20% af en skoles elever køber deres frokost hver dag.

| Kalkulation af salgspris inkl. moms for 1 stk. burger | |
|--|------------------|
| Køkkenet | |
| Råvarer | 4,20 kr. |
| Lønandel | <u>1,83 kr.</u> |
| | 6,03 kr. |
| Dækningsbidrag (40%)* | <u>2,41 kr.</u> |
| | 8,44 kr. |
| + 25% moms | <u>2,11 kr.</u> |
| Salgspris | <u>10,55 kr.</u> |
| Daginstitution (evt. forældreforening) eller skole | |
| Indkøbspris ekskl. moms | 8,44 kr. |
| Dækningsbidrag (15%)* | <u>1,27 kr.</u> |
| | 9,71 kr. |
| + 25% moms | <u>2,43 kr.</u> |
| Endelig salgspris | <u>12,14 kr.</u> |
| <p>* Dækningsbidraget findes ved at beregne omfanget af de omkostninger, som dækningsbidraget skal dække, dvs. omkostninger udover løn og råvarer (variable omkostninger), f.eks. vand, strøm, renovation, husleje mv.</p> | |

Regler for forældrebetaling

På folkeskoler er der ingen problemer med at lade eleverne betale for maden, som de frivilligt køber. På privatskoler, hvor maden i nogle tilfælde er en del af skolens tilbud, kan betalingen indgå i skolepengene.

For daginstitutioner under serviceloven er der en grænse for, hvad kommunen kan opkræve i betaling. Hvis kommunen har pasningsgaranti, kan kommunen opkræve 33% af driftsudgifterne i forældrebetaling og i andre tilfælde 30%. Nogle kommuner har regnet mad- og måltidsordningen ind i budgettet, og forældrene betaler derfor 30/33% af udgifterne til maden gennem forældrebetalingen. Det gælder især for de mindste børn. Kommu-

nen/institutionen kan efter reglerne ikke opkræve ekstra betaling af forældrene for en mad- og måltidsordning.

Hvis mad- og måltidsordningen ikke er en del af jeres kommunes dagtilbud, skal forældrene selv sørge for mad til børnene. Forældre kan oprette en frivillig ordning f.eks. via en forældreforening, som modtager et beløb til maden fra de forældre, som ønsker, at deres børn skal være med i en samlet mad- og måltidsordning.

I selvejende daginstitutioner kan den selvejende institution, ved siden af den aftale, den har indgået med kommunen om drift af daginstitution, påtage sig andre opgaver og herunder tilbyde forældrene andre ydelser udover dagtilbudsydelsen som f.eks. en frivillig mad- og måltidsordning.

"Aftale om kommunernes økonomi i 2003" (www.fm.dk, juni 2002) rummer dog mulighed for en ændring af betalingsreglerne med flg. formulering: "Madordninger. Regeringen vil søge tilslutning til, at der indføres mulighed for, at kommunerne kan tilbyde madordning i børnehaverne (dagtilbud for 3-6 årige) mod fuld forældrebetaling. Det er en forudsætning, at madordningen omfatter alle børn i den enkelte børnehave." Det er endnu ikke fastlagt, hvornår dette vil kunne træde i kraft.

Reglerne om forældrebetaling findes i Socialministeriets bekendtgørelse nr. 1166 af 29. december 1999 om forældrebetaling for ophold i dagtilbud til børn. Find den på www.retsinfo.dk under Retsinformation.

Organisering

Produktionen i det eksterne køkken

Maden til daginstitutionen eller skolen skal indpasses i det eksterne køkkens produktion. Det kræver en grundig planlægning både i forhold til brugen af produktionsudstyr som f.eks. ovne og gryder, men også i forhold til prioriteringen af personaleressourcer. Afhængig af madordningens omfang kan det blive nødvendigt at ansætte mere personale, men I kan også udnytte de eksisterende muligheder. Hvis f.eks. det eksterne køkken er et plejehjem, som har to menuer de ældre kan vælge imellem, kan I vælge at lade en af retterne være den varme ret, som også serveres for daginstitutionen/skolens børn.

Transport

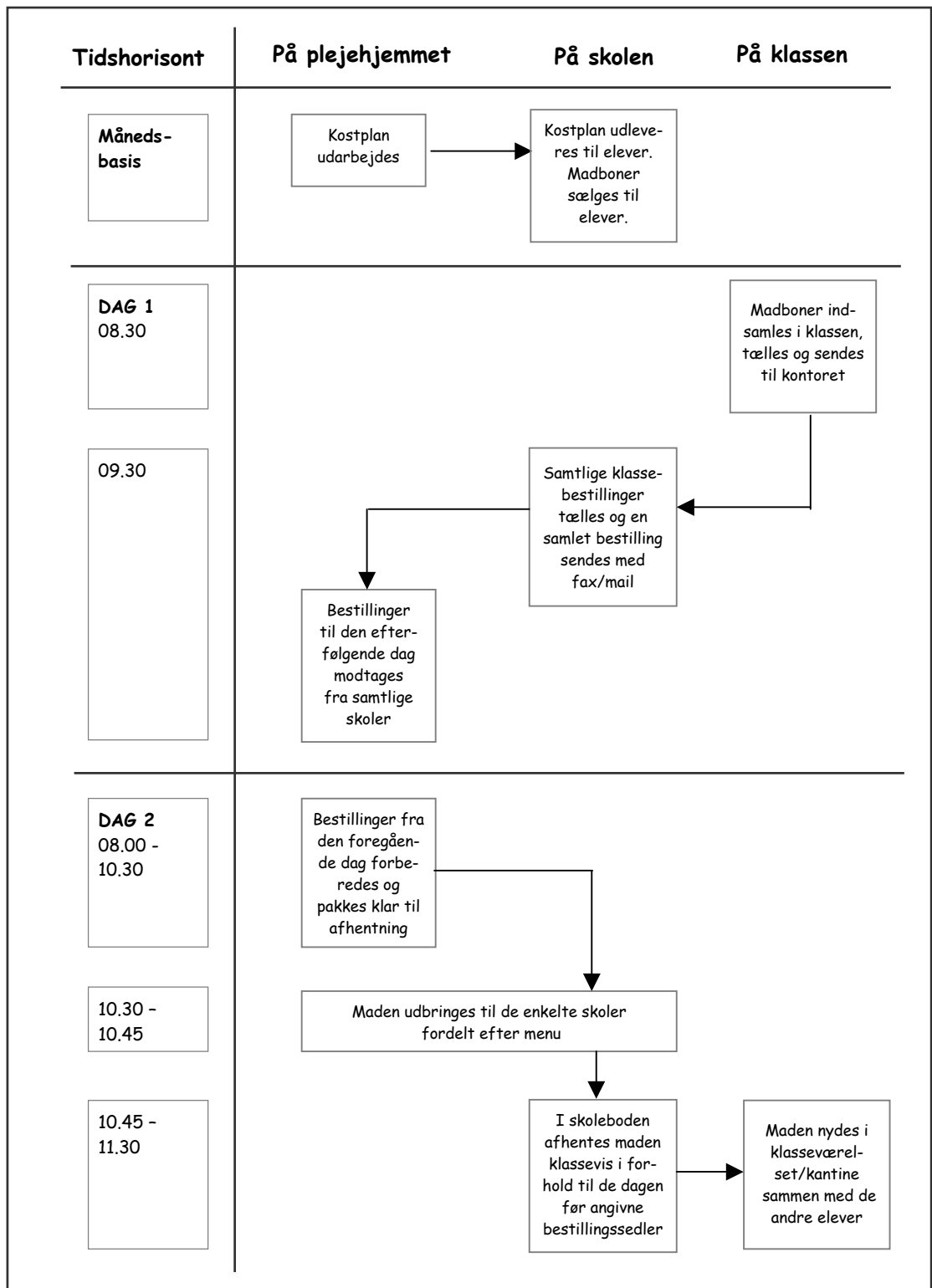
Transport af maden til daginstitutionen/skolen skal planlægges, så det bliver så driftsikkert som muligt. Det kan være personale fra det eksterne køkken eller en vognmand, som bringer maden ud, eller skolens pedel eller andet personale, som henter maden. Det er vigtigt, at transporten foregår hygiejnisk forsvarligt. Læs mere om fødevarerhygiejne i kapitel 7.

Bestilling

Det er vigtigt, at der altid er mad nok også til det sidste sultne barn. Det kræver derfor en god kommunikation mellem daginstitution/skole og det eksterne køkken, så køkkenet altid ved hvor mange portioner, der skal produceres. Er børnene f.eks. på udflugt eller til eksamen, skal køkkenet have besked i god tid. Det er vigtigt, at I har en klar aftale om, hvem der bærer ansvaret for eventuelt spild ifm. for meget produceret mad.

Hvis I på skolen vælger at lade børnene bestille maden på forhånd, kan dette spild næsten undgås. Forudbestilling, hvor en bestillingsseddel sendes med børnene hjem, giver også forældrene bedre mulighed for at få indflydelse på den mad, barnet skal spise. Uafhentet mad kan eventuelt købes af de børn, der ikke har bestilt i forvejen. Det kan også lade sig gøre at få en mad- og måltidsordning til at fungere uden forudbestilling, da I efterhånden vil lære hvilke retter, der er populære.

I figur 1 er vist et eksempel på organisering af madbestilling ved hjælp af madkuponer.



Figur 1. Organisering af madbestilling ved hjælp af madkuponer (inspiration fra Vejle og Holstebro kommuner)

Salg/udlevering af maden

I daginstitutioner er det normalt ikke noget problem at udlevere maden, mens det kræver mere organisering på skoler. Salget eller udleveringen af maden kan organiseres på mange måder.

På skolen må I først beslutte, om børnene skal betale med kontanter, med en madkupon eller anden form for betaling. Madkuponer er en fordel, især for de mindre børn. Det giver forældrene mulighed for at forudbestille maden, og det er nemmere for børnene at administrere. Til gengæld kræver kontant betaling knap så meget administration og giver desuden mulighed for mere spontanitet.

I kan vælge at lade skolens elever være med til at sælge maden og f.eks. give dem 5% af omsætningen til deling. Det kan også være en faggruppe på skolen, som har tid og mulighed for at hjælpe, eller personer fra det eksterne køkken, som står for salget. Endelig kan det være personale specielt ansat til at varetage skolebuden

Salget behøver nødvendigvis ikke at foregå fra en specielt indrettet salgsbod. I kan også arrangere det sådan, at eleverne skiftes til at hente en kasse med den forudbestilte mad, som så spises i klasseværelset.

Det skal også besluttes i hvilket frikvarter, det er mest hensigtsmæssigt at salg eller udlevering af maden skal foregå. I denne forbindelse er det en god idé at lade de små klasser komme til først.

Pædagogisk sigte

Madordninger, hvor maden leveres fra et eksternt køkken, behøver ikke at have et pædagogisk sigte, men det er også muligt at inddrage børnene. Skoleelever kan være med i salget af maden, eller I kan lave temauger, hvor det eksterne køkken f.eks. serverer italiensk mad, og børnene samtidig lærer om Italiens historie, kultur og geografi. I kan også arrangere et besøg i det eksterne køkken, hos en landmand, tage ud og plukke bær til en dessert eller noget helt andet.

Eksempler

I slutningen af dette kapitel findes to eksempler på mad- og måltidsordninger, hvor dele af maden leveres fra et eksternt køkken.

B Maden produceres i daginstitution eller skole

Produktion af mad på stedet bruges i dag mest i daginstitutioner og i mindre grad på skoler, da det kræver gode køkkenfaciliteter decentralt og personaleressourcer. Produktionen af mad varetages hovedsagelig af køkkenpersonale, de såkaldte madmødre, og i mindre grad af det pædagogisk personale.

| DAGINSTITUTION ELLER SKOLE | |
|----------------------------|---|
| Fordele | |
| ☺ | Madproduktionen er tæt på børnene, og duften af mad kan brede sig |
| ☺ | Mere fleksibel menuplanlægning |
| ☺ | God mulighed for samarbejde med det pædagogiske personale |
| Ulemper | |
| ☹ | Køkken mm. skal etableres og godkendes af fødevareregionen |
| ☹ | Personale til fremstilling af maden skal ansættes, og/eller pædagogisk personale skal på hygiejnekursus |
| ☹ | Kræver mere arbejde af daginstitutionen/skolens personale |

Økonomi

Etablering og drift

Etableringsudgifterne til denne type madordning ligger hovedsagelig i opstartfasen, især hvis I skal starte helt fra bunden, og daginstitutionen/skolen ikke allerede har et køkken, salgs- og/eller spiselokale. Køkkenet skal bygges og indrettes af professionelle, men I kan med fordel lave en børne- og forældrebegivenhed ud af indretningen af et hyggeligt salgs- og spiseareal.

I må også regne med udgifter til el, vand, rengøring, køkkenudstyr og service.

Personale

I skal også kalkulere med personale, der skal tilberede maden. Det kan være i form af en omprioritering af det pædagogiske personales tid og opgaver, eller det kan være ansættelse af decideret køkkenpersonale.

Der er ofte mulighed for at søge tilskud fra kommunale, amtslige eller statslige puljer. Hvis I får en enkeltbevilling, skal I overveje, hvordan I vil bruge pengene. For ikke at være afhængig af midlerne til aflønning af personale eller betaling af råvarer, når bevillingen stopper, er det en god idé at bruge pengene til etableringsudgifter, kurser o. lign. og lade udgifter til råvarer og lønninger være brugerfinansieret.

Momsafregning

Momsafregningen afhænger af, hvordan I organiserer madordningen. I efterfølgende skema er nogle af de mest kendte situationer beskrevet. Har I brug for yderligere information eller har spørgsmål, kan I kontakte den lokale told- og skatteregion. Adressen findes på hjemmesiden www.toldskat.dk.

| Eksempler på momsafregning | |
|---|---|
| HVIS ... | SÅ ... |
| ... maden tilberedes i en kantine eller bod på skolen og sælges videre til eleverne | ... er salget til eleverne momspligtig, når salget overstiger 30.000 kr. årligt. |
| ... maden tilberedes i daginstitutionens køkken* og videregives til børnene, fx via en forældreforening | ... er forældrenes betaling momspligtig, når salget overstiger 20.000 kr. årligt. |

*: Bemærk at daginstitutionens økonomi skal holdes adskilt fra madordningens økonomi. Se afsnittet Regler for forældrebetaling.

Reglerne om momsafregning kan I læse i Momsloven, §§ 3, 4, 9 og 37, som I finder på www.retsinfo.dk og i Momsvejledning 2001 afsnit D.7, som findes på www.toldskat.dk.

Priser

Salgsprisen afhænger af råvarer, løn og øvrige driftsudgifter. Indkøbsaftaler med fleksible leverandører er en god mulighed for at få råvareprisen formindsket. I daginstitutioner eller på mindre skoler kan forældrelevering af nogle madvarer også være med til at holde prisen nede. Vær dog opmærksom på, at der er grænser for hvilke fødevarer, forældre må medbringe. Læs mere i kapitel 7 om Fødevarerhygiejne.

En typisk udgift til et barns deltagelse i en mad- og måltidsordning i forbindelse med en daginstitution er 200-300 kr. pr. måned afhængig af, hvor mange måltider forældrene ønsker.

| Kalkulation af salgspris inkl. moms for 1 stk. burger | |
|--|------------------|
| Råvarer | 4,20 kr. |
| Lønandel | <u>2,25 kr.</u> |
| | 6,45 kr. |
| Dækningsbidrag (40%)* | <u>2,58 kr.</u> |
| | 9,03 kr. |
| + 25% moms | <u>2,26 kr.</u> |
| Salgspris | <u>11,29 kr.</u> |

* Dækningsbidraget findes ved at beregne omfanget af de omkostninger, som dækningsbidraget skal dække. Dvs. omkostninger udover løn og råvarer (variable omkostninger) f.eks. vand, strøm, renovation, husleje m.v.

Erfaringen fra skoler viser, at salgsprisen pr. enhed ikke må overstige 10-15 kr., hvis den skal kunne konkurrere med den lokale bager eller tankstation. Prisen afhænger selvfølgelig af portionens størrelse og typen af mad. Vær opmærksom på at større børn spiser mere og ofte må købe for 20 kr. for at blive mætte.

Det er meget forskelligt, hvor tit et barn vil købe mad. Erfaringen viser, at et barn typisk køber mad 1-2 gange pr. uge svarende til, at 20% af en skoles elever køber deres frokost hver dag.

Regler for forældrebetaling

På folkeskoler er der ingen problemer med at lade eleverne betale for maden, som de frivilligt køber. På privatskoler, hvor maden i nogle tilfælde er en del af skolens tilbud, kan betalingen indgå i skolepengene.

For daginstitutioner under serviceloven er der en grænse for, hvad kommunen kan opkræve i betaling. Hvis kommunen har pasningsgaranti, kan kommunen opkræve 33% af driftsudgifterne i forældrebetaling og i andre tilfælde 30%. Nogle kommuner har regnet mad- og måltidsordningen ind i

budgettet, og forældrene betaler derfor 30/33% af udgifterne til maden gennem forældrebetalingen. Det gælder især for de mindste børn. Kommunen/institutionen kan efter reglerne ikke opkræve ekstra betaling af forældrene for en mad- og måltidsordning.

Hvis mad- og måltidsordningen ikke er en del af jeres kommunes dagtilbud, skal forældrene selv sørge for mad til børnene. Forældre kan oprette en frivillig madordning f.eks. via en forældreforening, som modtager et beløb til maden fra de forældre, som ønsker, at deres børn skal være med i en samlet mad- og måltidsordning.

I selvejende daginstitutioner kan den selvejende institution, ved siden af den aftale, den har indgået med kommunen om drift af daginstitution, påtage sig andre opgaver og herunder tilbyde forældrene andre ydelser udover dagtilbudsydelsen som f.eks. en frivillig mad- og måltidsordning.

"Aftale om kommunernes økonomi i 2003" (www.fm.dk, juni 2002) rummer dog mulighed for en ændring af betalingsreglerne med flg. formulering: "Madordninger. Regeringen vil søge tilslutning til, at der indføres mulighed for, at kommunerne kan tilbyde madordning i børnehaverne (dagtilbud for 3-6 årige) mod fuld forældrebetaling. Det er en forudsætning, at madordningen omfatter alle børn i den enkelte børnehave." Det er endnu ikke fastlagt, hvornår dette vil kunne træde i kraft.

Reglerne om forældrebetaling findes i Socialministeriets bekendtgørelse nr. 1166 af 29. december 1999 om forældrebetaling for ophold i dagtilbud til børn. Find den på www.retsinfo.dk under Retsinformation.

Organisering

Bestilling

Det er vigtigt, at der altid er mad nok også til det sidste sultne barn. Det kræver derfor en god kommunikation mellem det pædagogiske personale/lærerne og køkkenpersonale, så køkkenet altid ved hvor mange portioner, der skal produceres. Er børnene f.eks. på udflugt eller til eksamen, skal køkkenet have besked i god tid.

Hvis I på skolen vælger at lade børnene bestille maden på forhånd, kan spild næsten undgås. Forudbestilling, hvor en bestillingsseddel sendes med børnene hjem, giver også forældrene bedre mulighed for at få indflydelse på den mad, barnet skal spise. Uafhængt mad kan eventuelt købes af de børn, der ikke har bestilt. Forudbestilling mindsker spildet, men kan til gengæld forhindre børn, der en dag ikke har fået madpakke med, i at få frokost. Det

kan også lade sig gøre at få en mad- og måltidsordning til at fungere uden forudbestilling, da I efterhånden vil lære hvilke retter, der er populære.

Salg/udlevering af maden

I daginstitutioner er det normalt ikke noget problem at udlevere maden, mens det kræver mere organisering på skoler. Salget eller udleveringen af maden kan organiseres på mange måder.

På skolen må I først beslutte, om børnene skal betale med kontanter, med en madkupon eller anden form for betaling. Madkuponer er en fordel, især for de mindre børn. Det giver forældrene mulighed for at forudbestille maden, og det er nemmere for børnene at administrere. Til gengæld kræver kontant betaling knap så meget administration og giver desuden mulighed for mere spontanitet.

I kan vælge at lade skolens elever være med til at sælge maden og f.eks. give dem 5% af omsætningen til deling. Det kan også være en faggruppe på skolen, som har tid og mulighed for at hjælpe, eller personer fra det eksterne køkken, som står for salget. Endelig kan det være personale specielt ansat til at varetage skolebuden

Salget behøver nødvendigvis ikke at foregå fra en specielt indrettet salgsbod. I kan også arrangere det sådan, at eleverne skiftes til at hente en kasse med den forudbestilte mad, som så spises i klasseværelset.

Det skal også besluttes i hvilket frikvarter, det er mest hensigtsmæssigt at salg eller udlevering af maden skal foregå. I denne forbindelse er det en god idé at lade de små klasser komme til først.

Pædagogisk sigte

Madordningen behøver ikke at have et pædagogisk sigte, men det er også muligt af inddrage børnene. Skoleelever kan være med i salget af maden, eller I kan lave temauger, hvor køkkenet f.eks. serverer italiensk mad, og børnene samtidig lærer om Italiens historie, kultur og geografi. I kan også arrangere et besøg hos en landmand, tage ud og plukke bær til en dessert eller noget helt andet.

Eksempler

I slutningen af dette kapitel findes to eksempler på en mad- og måltidsordning, hvor maden tilberedes i daginstitutionen/skolens køkken.



Maden produceres med deltagelse af børn

Produktion af mad med deltagelse af børn foregår i dag mest i daginstitutioner og på mindre skoler. Maden produceres i daginstitutionen/skolen af professionelt køkkenpersonale eller pædagogisk personale sammen med børnene. Denne type madordning er et supplement til madordninger, hvor maden produceres i daginstitutionen eller på skolen. Det vil derfor være en god ide også at læse det foregående afsnit B.

DELTAGELSE AF BØRN

Fordele

- ☺ God mulighed for at give børnene viden, færdigheder, oplevelser og samvær om maden
- ☺ God mulighed for tværfaglighed ved at inddrage madordningen i det pædagogiske arbejde eller undervisningen

Ulemper

- ☹ Produktionskøkken og udstyr skal indrettes, så det er hensigtsmæssigt for børnenes deltagelse, og køkkenet skal godkendes af fødevareregionen, hvis der foregår mere end lejlighedsvis pædagogisk aktivitet
- ☹ Kræver mere arbejde og koordinering af det voksne personale i daginstitutionen/skolen

Børn i køkkenet – hvorfor?

Formålet med jeres mad- og måltidsordning kan være at give daginstitutionens/skolens børn et sundt måltid, men en mad- og måltidsordning kan også bidrage med meget mere.

Ved at lade børnene deltage i madlavningen, får de viden og færdigheder om mad. De bliver bevidste om, hvor maden kommer fra, hvordan de skal behandle den, hvad de godt kan lide, og hvad sund mad er samtidig med, at de er med til at lave maden. Samarbejdet børnene imellem og mellem barn og voksen styrkes samtidig med, at motorikken trænes, når der f.eks. skal skrælles gulerødder og kartofler.

I kan vælge at betragte køkkenet som den femte stue i daginstitutionen eller det samlende rum på skolen. Børnene kan være med frivilligt, eller det kan

være en del af undervisningen og dermed en del af de obligatoriske aktiviteter at deltage i madlavningen.

"Børnene får oplevelser ved at lave mad, og undervejs får vi en snak om, hvad der er sundt og godt. Ved at have hænderne i det, får de et naturligt forhold til mad. Og så har det vist sig, at de kræsne får lyst til at smage på noget nyt, når kammeraterne tør", forklarer køkkenleder Rikke Eltzholtz, ansat i børnehaven Møllehøj ved Viborg.

Kilde: Små kokke, Økonomaen, nr. 1, 2002

Økonomi

Etablering og drift

At have børnene med i køkkenet kræver ikke store investeringer. God plads og et arbejdsbord, som kan indstilles i højden, er nok. Hvis I har fået bevilget midler til formålet, kan I indrette køkkenet endnu bedre. F.eks. kan der laves en forhøjning eller rampe på den ene side af arbejdsbordene, så de mindre børn kan være med til at lave mad.

En anden mulighed vil være at lave et lavt "vindue" ind til køkkenet i forbindelse med køkkenbordet således, at børnene placeres udenfor køkkenet. Ved hjælp af et "trappetrin" kan børnene følge med i, hvad der foregår i køkkenet og eventuelt deltage i tilberedning af maden. Denne indretning kræver specielle forhold. Husk, at indretningen af køkkenet altid skal godkendes af den lokale Fødevareregion, hvis børnene deltager mere end som en lejlighedsvis pædagogisk aktivitet. Læs mere om fødevarerhygiejne i kapitel 7.

Personale

Børn i køkkenet kræver god planlægning og et godt overblik af køkkenpersonalet. Det er en god ide, at en pædagog eller lærer også går med i køkkenet. Både for at aflaste køkkenpersonalet og for at bidrage med koblingen til det pædagogiske arbejde eller til undervisningen.

Antallet af børn i køkkenet må I vurdere fra gang til gang. Jo ældre børnene er, jo mindre opsyn kræver de, og flere kan derfor deltage. Køkkenets stør-

relse vil i nogle tilfælde sætte sin naturlige begrænsning for antallet af deltagere.

Organisering

Hvad kan børnene være med til?

Sikkerhed er vigtigt, især når mindre børn er med i køkkenet. Gå køkkenet igennem for potentielle farer og tænk bl.a. på, at

- sikre skabe og skuffer, som indeholder skarpe knive
- anbringe husholdningskemikalier og plastikposer er uden for børnenes rækkevidde
- afskærme ovne og kogeplader
- placere køkkenmaskiner bagest på bordene
- fjerne løsthængende ledninger fra kaffemaskiner, elkedler o.lign.

Mindre børn kan godt håndtere en skarp kniv, og de skal lære at være forsigtige. Vær dog opmærksom på at I ikke lader børn under 18 år betjene skærende maskiner, f.eks. pålægsmaskiner.

Nogle vil foretrække, at de mindste børn ikke er i nærheden af store køkkenmaskiner, varme ovne, gryder i kog og sprøjtende pander, og at de ikke rører ved rå kød og rå æg – andre mener, at det kan de sagtens. Find ud af hvad I vil tillade og prioriter, at der er opsyn, når der er børn i køkkenet.

Eksempel

I slutningen af dette kapitel findes et eksempel på en mad- og måltidsordning med deltagelse af børn.

Eksempler på mad- og måltidsordninger

A

Modelprojekt for skoleboder på fire skoler på Indre Nørrebro.
Levering af mad til 1.300 elever og 150 lærere.

Brødstrup. To eksterne køkkener leverer mad til to skoler og en børnehave.

B

Århus-modellen. Centralt styret frokostordning på 51 skoler med delvis decentral produktion af maden.

Integreret daginstitution. En køkkenleder laver mad til 24 vuggestuebørn, 56 børnehavebørn og 26 voksne.

C

Varm frokostordning til 160 børn og 20 lærere. Elever deltager i madlavningen.

Modelprojekt for skoleboder på fire skoler på Indre Nørrebro. Et eksternt køkken leverer mad til 1.300 elever og 150 lærere.

| | | | | | | | | | |
|---|---|-----------------------|-----------|-------------------|----------|---------------------|-----------|---------------|----------|
| Opstart | <p>Projektet blev startet på initiativ af Indre Nørrebro Bydel og Sund by Indre Nørrebro. Arbejdet med at etablere skoleboderne blev udført i et samarbejde mellem en repræsentant fra Bydelsforvaltningen, en konsulent fra Sund By og en projektmedarbejder.</p> <p>Arbejdsgruppen udformede en række krav til maden, produktionskøkkenet og skoleboderne.</p> <p>Repræsentanter fra lærer- og elevgruppen, ledelsen på skolerne, skoletandlægen, sundhedsplejen, det eksterne køkken og Sundhedsforvaltningen var også tilknyttet projektet som styregruppe.</p> | | | | | | | | |
| Økonomi | <p>Skolerne har fået et tilskud fra projekt-midlerne fra Direktoratet for FødevarerErhverv på 30-50.000 kr. til etablering af skoleboderne. Derudover brugte to af skolerne af egne midler til etableringen.</p> <p>Derudover er der fra eksterne puljer bevilget ca. 300.000 kr. til ansættelse af projektmedarbejdere, køkkenpersonale, nyanskaffelser i produktionskøkkenet, kampagnemateriale og markedsføring.</p> | | | | | | | | |
| Organisering | <p>Plejehjemmet Sct. Josephs har en ekstra person ansat til at producere skolemaden, og leverer dagligt i gennemsnit 20 lune retter og 30 sandwich pr. skole.</p> <p>Det eksterne køkken leverer maden kl. 11-11.15. Maden transporteres til skolerne i flamingokasser på en budcykel.</p> <p>En lærer på hver skole har ansvaret for skoleboden, to elever fra 6. eller 8. klasse står for salget. Den ansvarlige klasse får 10% af salget til klassekassen.</p> <p>Maden spises enten i en lille café eller i klasseværelser.</p> | | | | | | | | |
| Eksempler på madtilbud og priser | <p>Maden er delvis økologisk, og da 70% af eleverne er af anden etnisk oprindelse end dansk er alt kød halal-slagt, dog ikke svinekød.</p> <table> <tr> <td>Dagens lune ret</td> <td>10,00 kr.</td> <td>Rugbrødsmad</td> <td>5,00 kr.</td> </tr> <tr> <td>Landgangsbrød</td> <td>8,00 kr..</td> <td>Gulerod</td> <td>2,00 kr.</td> </tr> </table> | Dagens lune ret | 10,00 kr. | Rugbrødsmad | 5,00 kr. | Landgangsbrød | 8,00 kr.. | Gulerod | 2,00 kr. |
| Dagens lune ret | 10,00 kr. | Rugbrødsmad | 5,00 kr. | | | | | | |
| Landgangsbrød | 8,00 kr.. | Gulerod | 2,00 kr. | | | | | | |

Modelprojektet resulterer nu i, at otte skoler i yderligere to bydele i Københavns Kommune får en madordning med levering af mad fra et eksternt køkken. Planen er at samtlige 72 skoler i København i løbet af en årrække skal indgå. Maden sælges nu af elever fra 6. klasse, som har fået 2 x 45 min. undervisning i hygiejne af personale fra det eksterne køkken.

Modelprojektets anbefalinger til andre skolemadsprojekter

- Et godt køkken med god styring og som det er sjovt og udviklende at arbejde i.
- God menuplanlægning fra køkkenet er vigtig. Man skal have øje for, hvad børnene kan lide. Det skal være sundt, billigt og lækkert.
- Øje for at en skolebod er en forretning, hvor det gælder om at vinde kunderne.
- Engagerede skoleledelser, der afsætter tid til lærerne, der skal stå med eleverne i boden. Hvis en skole ikke prioriterer madordningen, kan det blive svært at få den til at fungere.
- Engagerede lærere, der vil bruge deres frikvarter i skoleboden.
- At holde øje med økologiske leverandører. Markedet ændrer sig hele tiden, og der kan være penge at spare ved jævnligt at vurdere og sammenligne leverandørerne.
- Information til forældrene, så de ved at skoleboderne eksisterer, og at det er sund og lødigt mad der sælges.

Læs mere i rapporten "Skoleboder på Indre Nørrebro – et modelprojekt", som kan købes i projektsekretariatet for Københavns Økologiske Sunde Skolemad, tlf. 33 66 45 21 eller se den på www.kk.dk/skolemad.

Madlevering i Brædstrup. To eksterne køkkener leverer mad til to skoler og en børnehave.

| | Skole | Børnehave |
|---|--|--|
| Opstart | <p>En lærergruppe på Brædstrup Skole (500 elever) tog initiativ til at starte en madordning i form af en kombination af levering fra eksternt køkken og egen ansættelse af personale.</p> <p>Madleveringen blev til start sendt i licitation. Lærergruppen stillede i udbudsmaterialet krav til maden herunder rettyper, ernæring mm.</p> <p>De to ældrecentre Klovenhøj og Søndergården vandt licitationen.</p> <p>I det ene køkken er ca. 5,6 fuldtidsansatte, som også laver mad til 110 ældre. I det andet køkken er ca. 3,1 fuldtidsansatte, som også laver mad til 50-70 ældre</p> | <p>Skolegades Børnehave blev inspireret af skolen. På et ledermøde fortalte kommunens grønne guide om ældrecentrene, hvorefter der blev etableret et møde med ældrecentrene.</p> <p>Forældrebestyrelsen blev informeret og var også interesseret.</p> <p>Børnehaven brugte i forvejen den grønne guide i forbindelse med kurser om bl.a. grøn mad, årstidens mad og bålmad</p> |
| Økonomi | <p>Skolen, der allerede havde et mindre køkken med opvaskemaskine, har investeret i tallerkener, tre køleskabe og duge til borde i kantinen.</p> <p>Derudover har skolen afsat 20 timer til to lærere i alt 40 lærertimer pr. år til bl.a. at holde møder med ældrecentrene og skolens ansatte i skoleboden.</p> <p>På ældrecentrene kan ordningen i dag løbe rundt med et dækningsbidrag på 40% til løn og slid på inventar.</p> <p>Ældrecentrene klarer momsafregningen for skolernes videresalg til eleverne</p> | <p>Børnehaven har ingen ekstraudgifter i forbindelse med ordningen.</p> <p>Ældrecentrene klarer momsafregningen for børnehavens videresalg til børnene.</p> <p>En forældreforening administrerer tilmelding og betaling styres via girokort</p> |
| Organisering | <p>Ældrecentrene leverer 60-80 portioner hver dag. De to ældrecentre skiftes til at levere maden hver anden måned.</p> <p>Køkkenet modtager kl. 8.30 bestillingen på maden. Den produceres færdig mellem kl. 8.30 og 9.30. Inden da er maden til de ældre produceret og sat på køl. Den genopvarmes mellem kl. 10.40 og 11.</p> <p>På skolen er ansat tre personer i fleksjob til bestilling og salg af maden. 4.-6. klasse forudbestiller den varme mad i 10-frikvarteret via klassens madduks, som også indsamler betaling.</p> <p>Maden transporteres til skolen i termokasser af en af skolens rengøringsmedarbejdere.</p> <p>Den varme mad spises i kantinen.</p> | <p>Børnehave modtager ca. 26 portioner hver mandag. Resten af børnene (ca. 14) spiser egne madpakker.</p> <p>Børnehavens souschef bestiller mad ca. 1 gang om måneden.</p> <p>Ældrecentrenes pedel transporterer maden til børnehaven i termokasser. Børnehavens personale returnerer kasserne eller de afhentes af centret.</p> |
| Eksempler på madtilbud og priser | <p>I skoleboden sælges bl.a.:</p> <p>Burger 10 kr. (leveres udefra)</p> <p>Varm ret 10 kr. (leveres udefra)</p> <p>Frugt 2-3 kr. (står skolen selv for)</p> <p>Juice 3 kr. (står skolen selv for)</p> <p>Menuen gentages efter tre uger, men revideres dog løbende.</p> | <p>Kylling med salat og brød8 kr.</p> <p>Pitabrød med salat8 kr.</p> <p>Der stilles krav til madens lødighed, og at de enkelte komponenter i en ret leveres separat. Børnene skal kunne se, hvad de får at spise.</p> |

**Århus-modellen:
Centralt styret frokostordning på 51 skoler med delvis decentral produktion af maden**

| | |
|---|--|
| Opstart | <p>Århus Kommune har haft skolemad i mange år, men ordningen blev i 1996 reorganiseret i et samarbejde mellem kommunens skolevæsen og sundhedssektor.</p> <p>Udover en overordnet styregruppe er der tilknyttet en kostvurderingsgruppe, som består af en sundhedsplejerske, en repræsentant fra tandplejen, en kantinekonsulent og en skolekonsulent.</p> <p>Gruppen udvikler bl.a. nye retter efter bestemte ernæringsmæssige principper og laver f.eks. også markedsføringsmateriale.</p> |
| Økonomi | <p>Madordningen er brugerfinansieret.</p> <p>Indretning af kantiner har krævet varierende etableringsudgifter, som blev dækket af kommunen.</p> <p>Kantinernes driftsudgifter (el, vand, mm.) dækkes af skolerne og forvaltningerne. Råvarer og arbejds løn udgør henholdsvis ca. 60% og 40% af udsalgsprisen.</p> <p>Alle råvarer købes via gode kommunale indkøbsaftaler, og stordriftsfordele udnyttes, så priserne kan holdes lave.</p> <p>Frokostordningen er momsregistreret</p> |
| Organisering | <p>13 store (maxi)kantiner producerer til egen skole + 2-5 mindre (mini)kantiner. Derudover findes to kantiner, som kun producerer til egen skole.</p> <p>Maden transporteres ud til 36 minikantiner af et transportfirma.</p> <p>Antallet af ansatte i kantinerne afhænger af omsætningen, men der suppleres med rengøringspersonale, når der er travlt.</p> <p>Maden sælges af kantinepersonalet i boder. Maden spises i klasseværelser, på gangarealer eller i kantinerne.</p> <p>Skolerne selv deltager ikke i kantinens drift, men benytter den f.eks. til større arrangementer og køb af varer til hjemkundskab, lejrskoler og fritidsordningerne.</p> |
| Eksempler på madtilbud og priser | <p>Alle opskrifter er næringsstofberegnet.</p> <p>Bagt kartoffel med fyld 7,00 kr.</p> <p>Tomatsuppe med flutes 8,00 kr.</p> <p>Pitabrød med oksekebab 11,00 kr.</p> <p>Rugflute med pålæg 11,00 kr.</p> |

Læs mere om Århus-modellen i Sundhedsstyrelsens publikation *Mad og måltider som en del af skolens hverdag*, som kan hentes på hjemmesiden www.spisesiden.dk

Hvis I ønsker at benytte denne model, er håndbogen *Århus har en opskrift* en god investering. Håndbogen koster 850 kr. + porto + ekspeditionsgebyr og kan købes hos Kommune Information, tlf. 89 40 22 22, bestillingsnummer 193.

**Integreret daginstitution:
En køkkenleder laver mad til 24 vuggestuebørn, 56
børnehavebørn og 26 voksne**

| | |
|---|--|
| Opstart | Den integrerede institution Børnehuset Sjælsø havde fra start madordning for vuggestuebørnene, og børnehavebørnene blev koblet på efter et ønske fra både forældre og personale. |
| Økonomi | Der var et køkken i institutionen fra starten - derfor ingen etableringsudgifter. 10 pædagog-medhjælpertimer er konverteret til køkkenledertimer, som nu har i alt 33 timer om ugen. En barnedagskost koster ca.8 kr. at producere. Forældre til de 3-6-årige betaler en gang om måneden (girokort) via en forældreforening for barnets deltagelse i ordningen. Ordningen er frivillig. |
| Organisering | En køkkenleder tilbereder frokosten til både vuggestuebørn og børnehavebørn mellem kl. 8 og kl. 10.45. Eftermiddagen bruges på varebestilling, rengøring, udformning af kostplaner og forberedelser til næste dag. Maden spises på de enkelte stuer med deltagelse af pædagogerne. Børnene hjælper bl.a. med at hente vand og rydde af. Et barn ad gangen deltager lejlighedsvis i madlavningen. |
| Eksempler på madtilbud og priser | Institutionen serverer: Morgenmad, formiddagsfrugt/brød, frokost, eftermiddagsmåltid, sent eftermiddagsmåltid. Frokosten kan f.eks. bestå af: pirog med spinatfyld, rugbrød med diverse pålæg eller tomatsuppe m/nudler og ostebrød. Det koster 275 kr. pr. måned for de 3-6-årige at deltage i madordningen. |

Ud over den daglige madordning laver pædagogerne også pædagogiske madaktiviteter som f.eks. udflugter til bondegård eller fiskekutter, og børnene er f.eks. med til at bage sammen med pædagogerne.

Varm frokostordning til 160 børn og 20 lærere. Elever deltager i madlavningen.

| | |
|---|---|
| Opstart | Der har siden skolens opstart været en madordning på Køge Lille Skole. 1. februar 2000 blev madordningen overvejende økologisk på initiativ af tidl. skoleleder, bestyrelse og forældregruppe |
| Økonomi | Skolen har brugt midler på at udvide og ombygge køkkenet og på køkkenudstyr. Madordningen er brugerbetalt og indeholdt i skolepengene. Pt. ca. 450-500.000 kr. pr. år. Skolen har ansat en ernærings- og husholdningsøkonom som ansvarlig for køkkenet og budget. Der er afsat 5-6 kr. pr. dag pr. barn. |
| Organisering | Maden planlægges og produceres af en klasse sammen med en lærer og ernærings- og husholdningsøkonomen. Maden produceres fra kl. 8 til kl. 11.30. Hver elev laver mad ca. 30 timer pr. år. Maden spises i klasseværelser sammen med en lærer. Bagefter ryddes op i klasserne. |
| Eksempler på madtilbud og priser | Maden er økologisk: Porresuppe m/hjemmebagt grahambrød Rugbrød med pålæg, frugt og grøntsager Kokossuppe med hjemmebagt brød Kødboller i karrysovs med ris |

Læs mere om Køge Lilleskole i Erfaringsbanken på Sundhedsstyrelsens hjemmeside www.spisesiden.dk.

Ud over at eleverne deltager i madlavningen er mad og økologi tænkt ind i resten af undervisningen:

- Tilberedning af retter inspireret af f.eks. Tyskland, Sverige og Italien.
- I dansk eller tysk læser eleverne varedeklarerationer.
- I samfundsfag diskuteres økologi kontra natur og miljø, f.eks. dyrs velfærd og produktionsmetoder.
- Sortering af affald inkl. kompostering og brug til hønsefoder.
- I naturteknik tages mikrobiologiske prøver rundt om på skolen - også i køkkenet.
- Studerer forskelle på økologiske og konventionelle varer.
- Spiringsprojekt for indskolingen.
- ”Kemien vi spiser” for overbygningen.

Flere informationer

Lovgivning

Bekendtgørelser og vejledninger kan gratis hentes på hjemmesiden www.retsinfo.dk under Retsinformation.

Bekendtgørelse om forældrebetaling for ophold i dagtilbud til børn. Bekendtgørelse nr. 1166 af 29. december 1999. Socialministeriet.

Bekendtgørelse om merværdiafgiftsloven. (Momsloven) Lovbekendtgørelse nr. 804 af 16. august 2001. Told- og Skattestyrelsen.

Momsvejledningen 2001. Told- og Skattestyrelsen.
Findes på www.toldskat.dk (15. marts 2002).

Vejledning om forældrebestyrelser i dagtilbud til børn efter lov om social service. Vejledning nr. 35 af 4. marts 1998. Socialministeriet.

Daginstitutioner

Hønsfødter og gulerødder. Kosthåndbog for daginstitutioner og dagplejere (1992) Vestergaard TF & Voss L. Forlaget Børn & Unge.
Udsolgt fra forlaget, men den kan lånes på mange biblioteker.

Skoler

Kost i skolen – et fælles ansvar (1999) Familie og Samfund, Århus.
Kan købes hos Familie og Samfund, tlf. 87 40 54 96 eller www.famogsam.dk. Pris 50 kr. ekskl. moms og forsendelse.

Mad og måltider som en del af skolens hverdag. En sociokulturel undersøgelse af grundskolers erfaringer med mad- og måltidsordninger (1999) Jacobsen TB & Olsen N. Sundhedsstyrelsen, København.
Kan købes hos Sundhedsstyrelsens Publikationer, c/o Schultz Information, tlf. 70 26 26 36. Pris 40 kr. ekskl. ekspeditionsgebyr og forsendelse.
Hele publikationen findes også på www.spisesiden.dk.

Skoleboder på Indre Nørrebro – et modelprojekt (2001) Holm G & Hansen S. Københavns Kommunes Sundhedsforvaltning.
Kan købes i projektsekretariatet for Københavns Økologiske Sunde Skolemad, tlf. 33 66 45 21. Pris 25 kr.
Hele publikationen findes også på www.kk.dk/skolemad.

Århus har en opskrift. Håndbog om skolekantiner. Christiansen A, Jepsen RM & Nielsen HF. Århus Kommunale Skolevæsen, Sundhedssektoren, Århus Kommune, 1999.

Kan købes hos Kommune Information, tlf. 89 40 22 22. Bestillingsnummer 193. Pris 850 kr. ekskl. ekspeditionsgebyr og forsendelse.

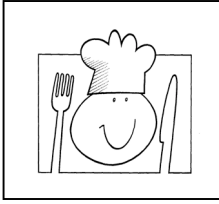
Især god hvis I vælger at bruge Århus-modellen.

Hjemmesider

www.spisesiden.dk, Børn, Mad og måltider, Sundhedsstyrelsen, hvor mange flere madordninger i både daginstitutioner og skoler er beskrevet.

www.toldskat.dk, Told Skat, hvor regler for momsafregning og adresser på de lokale told- og skatteregioner findes.

5. MADEN OG MÅLTIDET



Børns kostvaner

For meget fedt og sukker og for lidt grønt og fisk

Danske børn (>4 år) og unge spiser i dag en kost, som er for fed og indeholder for meget sukker. Fedtet får børnene fra for meget smør og margarine, fede mejeri- og kødprodukter, mens sukkeret kommer fra mellemmåltiderne, hvor børn og unge spiser al for meget slik og drikker for meget sodavand og saft (Danskernes Kostvaner 1995). Disse produkter giver energi, men næsten ingen vitaminer og mineraler.

Frugt og grøntsager indeholder vitaminer og mineraler og meget lidt fedt, men desværre spiser børn og unge for lidt frugt og grøntsager. Det samme gælder for fisk og fiskeprodukter, som indeholder vigtige fedtsyrer og D-vitamin, jod og selen.

Uregelmæssige måltider

Der er samtidig en tendens til, at de ældste børn springer hovedmåltider over. Eksempelvis sprang 26% af de 1-6-årige børn frokosten over 1-2 dage om ugen i den seneste kostundersøgelse fra 1995, mens 41% af de 11-14-årige sprang frokosten over 1-2 dage om ugen (Danskernes Kostvaner 1995).

Børn tilbringer mange af deres vågne timer, og dermed også de timer hvor de spiser, i daginstitution eller skole. Hvis et barn er i daginstitution fra kl. 9-16 eller i skole og fritidsordning fra kl. 8-16, så skal op til 50% af barnets energibehov dækkes i løbet af denne tid. Hvis barnet ikke har fået morgenmad, er det op til 75% af barnets energibehov, som skal dækkes, mens det er væk hjemmefra. Det er derfor vigtigt, at forældre sikrer sig, at barnet får mad nok i løbet af en dag, og som hovedregel anbefales 3 hovedmåltider og 2-3 mellemmåltider om dagen (Nordiske Næringsstofanbefalinger).

Børn og unge har ligesom voksne brug for en jævn tilførsel af energi i løbet af dagen, for at de kan fungere godt i en aktiv hverdag i daginstitutionen eller skolen, og tendensen til at springe hovedmåltiderne over kombineret med de søde mellemmåltider er meget uheldig.

Det har derfor stor betydning, hvilken mad og hvilke måltider I vælger at servere. I det følgende gives inspiration til, hvilken mad og hvilke måltider I kan vælge at servere for børnene.

De 7 kostråd

Der findes en række anbefalinger for næringsstoffer. For børn over 3 års alderen anbefales f.eks. at max 30% af dagens energi kommer fra fedt, 55 – 60% fra kulhydrater og 10-15% fra protein. Næringsberegning af maden kan være en måde at opnå overblik over madens ernæringsmæssige værdi. I det daglige er det dog nemmere at bruge de 7 kostråd, når I planlægger, hvilken mad I vil servere for børnene.

De 7 kostråd

1. Spis meget brød og gryn
2. Spis frugt og mange grøntsager hver dag
3. Spis kartofler, ris eller pasta hver dag
4. Spis ofte fisk og fiskepålæg - vælg forskellige slags
5. Vælg mælkeprodukter og ost med lavt fedtindhold
6. Vælg kød og pålæg med lavt fedtindhold
7. Brug kun lidt smør, margarine og olie og spar i øvrigt på sukker og salt

Kilde: Forbrugerinformation, www.fi.dk

Spis varieret

Udover de 7 kostråd er det også vigtigt, at maden er varieret. Det svarer til, at I serverer forskellig slags brød, forskellig slags frugt og grøntsager og forskellig slags fisk og kød. På den måde er der størst sandsynlighed for, at de raske børn får dækket deres næringsstofbehov. Variation gør også måltiderne mere spændende.

Læs mere om næringsstofanbefalinger i publikationerne Nordiske Næringsstofanbefalinger, Anbefalinger for den danske institutionskost og Mad og måltider – en fælles investering i sundhed og trivsel, som findes bagest i kapitlet.

De 7 kostråd er alle vigtige. I det følgende gives mere inspiration til at øge brugen af brød, frugt og grønt og begrænse brugen af fedt og sukker i drikkevarerne.

Brød

Brød er et velsmagende, fyldigt og billigt basislevnedsmiddel, som er en vigtig del af måltiderne. Godt og velsmagende brød kan være med til at gøre mad- og måltidsordningen til en succes. Rugbrød er ydermere en god kilde til fibre, og rugbrød bør forblive en del af kosten livet igennem.

Desværre er der en tendens til, at jo ældre børn bliver, jo sværere kan det være at få dem til at spise rugbrød. Derfor er det vigtigt, at I gør noget ekstra ud af rugbrødsmadden eller serverer grove alternativer, så brødet fortsat kan bidrage med fibre.

Brød kan serveres som smørrebrød, sandwich, burgers, tilhører til grønt og supper eller for sig selv. Det er en god ide at servere boller eller små brød uden fyld, da det er billigt og mættende for et sulten barn.

Hjemmebagt brød er både billigere og tit også mere populært end det, I kan købe. Tilsæt brødet grove meltyper, f.eks. rugmel eller havregryn, for at give både smag og fibre. Hvor tiden er knap, kan det være en god idé med langtidshævede brød, da dejen kan lægges på tidspunkter, hvor I ikke har så travlt og bages, lige inden I skal bruge det.

Hvis tiden ikke er til hjemmebag, giver den lokale bager eller industrien i dag næsten uanede variationsmuligheder. Når I køber brød så vælg dem, der er fiberrige og fedtfattige. Brød bør ikke indeholde over 5 gram fedt pr. 100 gram.

Frugt og grønt

Frugt og grøntsager er som hovedregel fedtfattige og indeholder forskellige mængder af kostfibre, vitaminer, mineraler og andre stoffer med positiv virkning på vores helbred. Børn mellem 4 og 10 år bør spise mindst 400 gram frugt og grønt om dagen, mens børn over 10 år bør spise mindst 600 gram om dagen. Kartoffler, som børn også bør spise mange af, tæller ikke med i dette regnskab (Frugt og grøntsager. Anbefalinger for indtagelse). Der er ikke fastsat en anbefalet mængde for børn under 4 år. Mængden og variationen kan øges med barnets alder og udvikling.

I kan med fordel tænke både frossen og frisk frugt og grønt med i menuplanlægningen og i kantinens sortiment. Frugt og grøntsager er farverige, fristende og smagfulde, giver utallige variationsmuligheder og er nemme at tage med på tur. Nedenfor er en række forslag til, hvordan I kan servere mere frugt og grønt til børnene og på den måde være med til at inspirere til en øget indtagelse.

Idéer til mere frugt og grønt

- ❶ Lad børnene have adgang til frisk frugt og grønt, som er klar til at spise
- ❷ Tag mindre avance på frugt og grønt end på andre varer
- ❸ Server frugt til morgenmaden f.eks. et glas juice eller frisk skiveskåren frugt på cornflakes eller havregryn
- ❹ Server altid frugt og grøntsager sammen med frokosten. F. også frugt (f.eks. melon eks. som gnavegrønt, råkost eller salat, anvend, appelsin og ananas) i salaterne.
- ❺ Fyld pitabrød, tortillas eller wraps med masser af grøntsager
- ❻ Brug frugtpålæg f.eks. banan eller rosiner til frokosten
- ❼ Server frugt og grønt til mellemmåltiderne i pauser og frikvarterer. F.eks. stave af gulerødder, radiser, hel frugt eller i både og/eller frugtgrød
- ❽ Lad grøntsager være hovedingredienser i sammenkogte retter
- ❾ Lav grøn kartoffelmos med f.eks. persille, grønkål eller spinat
- ❿ Snittede friske eller frosne grøntsager i kiloposer kan være en nem og god løsning, når der er travlt.
- ⓫ Brug årstidens grøntsager og frugter, det er billigere og kvaliteten er i top. Hjemmesiderne www.fi.dk og www.kgt.dk indeholder oversigter over årstidens frugt og grønt.

Fast food er populært blandt børn og unge i dag, men der findes gode alternativer f.eks. til pommes frites. Server altid jeres burgers med masser af grønt i, og om vinteren kan rodfrugt fritter erstatte pommes fritterne.

Rodfrugtfritter

Skær 800 gram rodfrugter i stave på ca. $1\frac{1}{2} \times 1\frac{1}{2} \times 6$ cm. Brug fx rødbeder, persillerod, knoldselleri og/eller gulerødder.

Kom rodfrugterne i et enkelt lag på en bradepande med bagepapir.

Pensl med en blanding af $2\frac{1}{2}$ spsk. vand, 1 spsk. olivenolie, 1 spsk. citronsaft og evt. hvidløg og bag ved 200 grader i knap en time til fritterne er gyldne og møre, derefter drys med salt. Serveres med en god ketchup.

Kilde: Værsgo (oktober 2001) Fødevaredirektoratet, Søborg

En anden måde at øge mængden af frugt på er ved at tilbyde et stykke frugt i pauser og frikvarterer. Der er nu igangsat initiativer, hvor I kan abonnere på frugt. Læs mere om det på www.skolefrugt.dk og www.frugtkvarter.dk.

Prøv også selv at eksperimentere med hvordan I får børnene til at spise mere frugt og grønt. Kun fantasien sætter grænsen!

I kan læse mere om kampagnen 6 om dagen – spis mere frugt og grønt på www.6omdagen.dk.

Drikkevarer

Mælk

Alle over 1 års alderen bør indtage $\frac{1}{2}$ liter mælk og/eller surmælksprodukter daglig. 1 – 3-årige børn, som er normalvægtige, anbefales i dag letmælk (Børn, fedt og hjerte-kar-sygdomme). Er barnet over 4 år anbefales generelt mager mælk (skummet-, mini- og kærnemælk). Vær opmærksom på, at børnene ofte får mælk serveret i hjemmet, så hvis I serverer $\frac{1}{4}$ liter mælk, er det som oftest nok.

I kan give børnene mælk via f.eks. skolemælksordningerne. Fælles for skolemælksordningerne er, at der leveres frisk mælk til skolerne, og at der kan søges tilskud til mælken fra EU. Skolemælk kan bestilles af den enkelte elev og leveres til klassen eller købes via skoleboder, hvortil I også kan søge tilskud. De største danske mælkeordninger styres fra Mejericentralen eller Mejeriernes Skolemælksordning, se nærmere på www.skolemaelk.com eller www.skolemaelk.dk.

Vand

Kroppen har brug for langt mere væske end ½ l mælk pr. dag, og væsken bør hovedsagelig bestå af vand. Tidens trend er, at tørsten stilles gennem saftvand eller sodavand. Disse drikke giver en masse tom energi fra sukkerindholdet. Tom energi vil sige energi, der ikke giver vitaminer og mineraler, og derfor bør I begrænse brugen af saft og sodavand. Det samme gælder for milkshakes, som også er fede.

Lad derfor børnene have nem adgang til koldt drikkevand i løbet af hele dagen. Det kan f.eks. være via vandposter, vandautomater eller vandhanen, hvis der findes en sådan i klasseværelset/på stuen. Koldt vand på kander til frokosten er også en mulighed.

Læs mere i vedlagte pjeces: ”Du er måske for sød” og på www.fi.dk

Maden

Generelle overvejelser

Planlægningen af maden bør baseres på nogle overordnede målsætninger eller på jeres mad- og måltidspolitik, hvis I har en sådan. De ernæringsmæssige målsætninger kan f.eks. bygge på de Nordiske Næringsstofanbefalinger eller Anbefalinger for den danske institutionskost. Det er for det første en god idé at formulere en mad- og måltidspolitik. Mere inspiration til dette findes i kapitel 3.

Spørgsmål vedr. planlægning af maden

- Er der specielle behov blandt børnene?
- Møder børn op uden at have fået morgenmad?
- Er der børn, som ikke har madpakke med?
- Har I en tankstation, en bager eller en grillbar i nærheden, som I skal konkurrere med?
- Bliver børnene trætte og uoplagte om formiddagen og/eller eftermiddagen?
- Er nogle af børnene diabetikere eller allergikere?
- Har I børn fra andre kulturer?
- Vil I servere både hoved- og mellemmåltider?
- Vil I servere både kolde og varme retter?
- Vil I servere fast food lignende retter?
- Vil I udfordre børnene til at lære ny mad at kende?
- Vil I sælge sodavand og chokolade-barer?

Byg måltiderne op om basismad, der er mad rig på kulhydrater. Basismad mætter og indeholder meget lidt fedt, f.eks. brød, grød, kartofler, ris, pasta, bulgur eller cous cous. Tilføj dernæst altid frugt og grøntsager og slut eventuelt af med kød, fisk og indmad. Det kan godt gøres, selvom I gerne vil servere nogle af de ting, børnene sætter højt; pizza, burger, toast o. lign. I kan lave det i sunde varianter med en mindre mængde mager ost og kød og mere grønt.

Variér måltiderne – det er bedre med et begrænset udbud, der varierer end et bredt udbud, der altid er det samme. Børn er generelt nysgerrige, og det kan udnyttes, når I vil indføre nye retter. Lav f.eks. appetitvækkere som en slags introduktion og server så ud fra efterspørgslen. Vær opmærksom på at små og store børn har forskellig smag.

Jeres udbud kan også afhænge af, hvor længe I har mulighed for at have åben, om I har mulighed for at have åben til et eller flere måltider, samt hvilke personaleresressourcer og produktionsmuligheder I har. Læs mere om organisering og økonomi i kapitel 4.

Børn i diætbehandling

Husk diæter eller andre hensyn allerede i planlægningsfasen, det sparer tid og ærgrelser. Et barn kan f.eks. være sat i diætbehandling pga. allergi, sukkersyge, over- eller undervægt.

Hvis et barn er på diæt, bør der altid være et tæt samarbejde mellem barn, forældre, daginstitution/skole, pleje- og køkkenpersonale (Anbefalinger for den danske institutionskost). I bør ikke udelukke hele fødevarergrupper (f.eks. mælk), uden at I eller forældrene har talt med en sundhedsplejerske eller læge. Det bedste vil være, hvis forældrene kommer med en lægeattest.

I kan også få hjælp hos Astma-Allergi Forbundet, Diabetesforeningen, Dansk Cøliaki Forening og Foreningen af Kliniske Diætister. Se adresser mm. bagest i kapitlet.

Børn fra andre kulturer

Vær opmærksom på at have et alternativ til børn fra andre kulturer. Som udgangspunkt bør I respektere de ændringer, som det giver for disse børns mad. Normalt giver det ikke væsentlige praktiske problemer. Grøntsager kan normalt spises af alle, og mht. til kødet kan I f.eks. vælge helt at undlade at servere svinekød, kun servere halal slagtet kød eller I kan tilbyde to slags kød.

I kan få mere inspiration til maden til børn fra andre kulturer i Anbefalinger for den danske institutionskost på www.fdir.dk under Publikationer.

Morgenmad

Nogle børn møder måske op uden at have fået morgenmad, og det er godt at have et tilbud til denne gruppe børn. Prøv at variere morgenmåltidet fra dag til dag.

Eksempler på sund morgenmad er:

- ☺ Grød (havregrød, øllebrød, o.lign.)
- ☺ Syrnede mælkeprodukter med mysli og frugt
- ☺ Havregryn og cornflakes med mini- eller letmælk
- ☺ Rugbrød eller groft brød med ost
- ☺ Frugt

Drikkevarerne kan f.eks. være juice (gerne fortyndet) og mælk; vand, te og evt. kaffe til de ældste børn, hvis de ønsker det.

Forarbejdede morgenmadsprodukter som f.eks. cornflakes er udmærkede. Vær opmærksom på at nogle typer kan være fiberfattige, meget sukkerholdige og fede, og de fleste er dyre. Hvidt brød, rundstykker og lign. er også fiberfattigt.

Frokost

Frokosten kan bestå af både kolde og varme retter. Det er ikke nødvendigt at servere varm mad hver dag. Ved at servere kold mad nogle dage om ugen øger I mulighederne for variation, og ofte får børnene også varm mad om aftenen.

Eksempler på kolde retter kan være:

- ☺ Rugbrød og grovboller med pålæg og grønt.
- ☺ Sandwich, pitabrød, wraps eller burgerboller med grønt fyld og pålæg.
- ☺ Gnavegrønt, råkost eller salat med brød.
- ☺ Pastasalater eller diverse kolde anretninger med brød.

Pålæg

Lad det grønne være en del af pålægget f.eks. grøntsagsæggekage pyntet med bacon eller spegeskinke, grøntsags- eller nøddepostej. Pålægssalater med grønt kan serveres i bægre ved siden af brødet eller i burgere / sandwiches af fiberholdigt brød. Tomat og nye kartofler er ligeledes godt til pålæg. Et grønt drys og salat under pålægget ser ekstra indbydende ud.

Kødpålæg kan være meget forskelligt, f.eks. skiveskåret pålæg af forskellige slags tilberedt kød bl.a. kalkun, svin og okse. Magert pålæg er bedst, men I kan godt vælge f.eks. spegepølse eller leverpostej på en ud af tre madder, hvis resten af pålægget er magert. Det er det samlede indhold af fedt, som I skal være opmærksomme på. Fiskepålæg er også et godt alternativ f.eks. tun, torskerogn, makrel, sild og fiskefrikadeller. Mange børn kan godt lide fisk på den måde.

Eksempler på varme retter:

- ☺ Supper med brød
- ☺ Vegetariske retter
- ☺ Grød (f.eks. risengrød som er populært)
- ☺ Div. retter med kød, fisk, indmad og fjerkræ
- ☺ Pizza, toast, burger, fransk hotdog i sunde varianter

I bør altid servere brød, kartofler, ris, pasta o. lign. som en del af retterne, og der bør altid følge grønt med.

Drikkevarer til frokosten kan være vand, mælk og juice (gerne fortyndet).

Bagest i kapitlet er en række eksempler på menuplaner med forskellige frokostretter. Endelig kan I finde flere eksempler på menuplaner på hjemmesiden www.spisesiden.dk

Mellemmåltider

Der kan være lang tid mellem hovedmåltiderne. Kroppen har det bedst med en jævn tilførsel af energi, og derfor er det vigtigt at få nogle mellemmåltider både om formiddagen, eftermiddagen og eventuelt sent på eftermiddagen. Ulvetimen kan forebygges ved, at I serverer et let måltid, inden børnene skal hjem.

Mellemmåltider, som alene består af frugt, er sjældent tilstrækkelig til, at barnet er mæt nok til at kunne klare sig f.eks. mellem frokosten og aftensmåltidet. En grovbolle med mager ost sammen med frugten er derimod mere

passende. I virkeligheden kan I servere det samme, som I ville servere til frokost blot i lidt mindre skala.

Det kan være en god ide at have skrællede gulerødder eller andre grøntsager stående til ”snacks”, når børnene lige trænger til lidt, inden det egentlige mellemmåltid. Hvis børnene trænger til hurtige kulhydrater, kan en håndfuld rosiner være en sund løsning.

Ved særlige lejligheder kan I tilbyde kage eller ”sundt slik” som rosiner, lakridsrod, frugtstænger og müslibarer. Vær dog opmærksom på, at müslibarer kan indeholde meget sukker og fedt.

Bagest i kapitlet er en række eksempler på menuplaner med forskellige retter til mellemmåltider. Endelig kan I finde flere eksempler på menuplaner på hjemmesiden www.spisesiden.dk.

Rammerne for måltidet

Måltidet er en proces, hvor maden er en af mange faktorer, som har betydning for, om det bliver en positiv oplevelse for barnet. Måltidets succes afhænger ikke kun af, om maden er sund, indbydende og smager godt. Det afhænger i høj grad også af, om stemningen er god under måltidet.

”Et godt måltid - både ernæringsmæssigt og socialt - er et ophold i dagens aktiviteter, der giver kræfter og ny energi. Et dårligt måltid gør livet tungere og mere besværligt”

Kilde: Håndbog om kostpolitik

Stemningen under måltiderne påvirkes af mange ting; de voksnes humør, børnenes sult, reglerne for måltidet, de fysiske rammer, måltidets længde mm. For at måltiderne kan blive en god oplevelse, må I overveje, hvordan I vil prioritere måltiderne, og hvad I vil bruge dem til.

Tid

Tidsrummet, der er afsat til måltidet, har stor betydning. Hvis der er for kort tid til måltidet, kan det nemt ende i en negativ stemning fyldt med stress. ”Skynd dig, skynd dig” er ikke særlig befordrende for appetitten.

For at løse dette, kan I i daginstitutionen, overveje, om I ønsker, at alle børn spiser på samme tid, og hvordan overgangen fra leg til måltid skal foregå. Det er ikke alle børn, som er lige sultne og en glidende overgang, hvor barnet får lov til at gøre legen færdig, kan give en bedre stemning ved bordet. 15 minutters frikvarter i skolen til både måltid og leg er ikke nok. Sundhedsstyrelsen anbefaler, at der afsættes 30 min eller mere til frokostmåltidet (Mad og måltider – en fælles investering i sundhed og trivsel). Det kan derudover være en fordel i at lade de mindste børn benytte skoleboden/kantinen først, da de ellers nemt kan forsvinde i mængden af større børn. Voksen opsyn kan ydermere hjælpe til at give en mere tryk stemning for de mindste børn.

Fysiske rammer

Omgivelserne, som måltidet indtages i, har også stor betydning for stemningen.

I daginstitutionen, hvor måltiderne indtages på stuen, kan eksempelvis en dug på bordet og rigtig porcelæn at spise af være med til at fremme en hyggelig atmosfære.

Det samme gælder i skolen. Der er tradition for at klasseværelset bruges som spiselokale, hvis skolen ikke har en kantine. For at gøre klasseværelset rarere at spise i kan I f.eks. sætte bordene i små grupper eller hestesko og sætte kander med vand på bordene.

Hvis det er muligt at indrette en del af fællesarealerne til et hyggeligt spiselokale centralt på skolen, kan det også blive et godt og samlende rum for hele skolen. Særlig de ældre elever kan have glæde af et hyggeligt café lignende lokale med farve på væggene, caféborde og -stole, grønne planter og evt. duge på bordene. Hvis lokalet ligger tæt på køkkenet, hvor maden fremstilles er det samtidig en praktisk løsning.

Bordskik eller ej

De regler, I sætter op for måltidet, om f.eks. hvordan børnene skal opføre sig, har også betydning for, hvordan måltidet opleves. Måltidet er netop et sted, hvor børnene kan lære om de regler og normer, som findes omkring det fælles måltid. Hvis I ikke er noget til enighed om disse regler, så bliver børnene nemt forvirrede.

Det er derfor en god ide, hvis I indbyrdes diskuterer og når til enighed om blandt andet flg. punkter:

- Er der helt faste spisetider?
- Må man tage en mad kl. 9?
- Skal alle blive siddende til alle er færdige?
- Skal børnene skiftes til at dække bord og tage ud af bordet?
- Skal spiseredskaberne altid benyttes?
- Hvem skænker mælk?

(Kilde: 0-14 Måltidernes ABC)

I kan få mere inspiration om rammerne for måltidet og måltidets pædagogiske, sociale og psykologiske betydning i litteraturlisten bagest i kapitlet.

Eksempler på menuplaner

Daginstitutioner

Holbæk Have, Holbæk

Børnehaven Agerhønen, Hedehusene

Skoler

Skolecaféen på Haarby Skole

Eksterne køkkener

Birgittehjemmet, Hillerød

Aktivitetssentret, Solrød Strand

Menuplaner fra daginstitutionen Holbæk Have, Holbæk



Kostplan Uge 4

| Dag | Frokost | Eftermiddag |
|----------------|--|--|
| Mandag | Bibbi er på kursus hele ugen Blåhvalerne laver boghvedegrød og bager diverse brød Koldhævet dej i køleskabet | Brød og æbler Janni og Fasanerne laver koldhævet dej |
| Tirsdag | Ture ud af huset med madpakker Rugbrød med: Fatma Æg, pølse, leverpostej, frugt og grønt | Tykmælk med cornflakes Gulerødder Jytte laver koldhævet dej |
| Onsdag | Fatma laver tyrkisk suppe Linser, tomater og diverse grøntsager og kartofler | Fatma bager boller Appelsiner Fatma laver koldhævet dej |
| Torsdag | Fasanerne har båltag: Janni bevarer det som en hemmelighed | Marianne sidste dag i vuggestuen Marianne bager kage Æbler Marianne laver koldhævet dej |
| Fredag | Rugbrød: Fatma Fiskefrikadeller, kalkunpølse, lammepølse, smøreost, frugt og grønt | Fatma bager boller |



Kostplan Uge 48

| Dag | Frokost | Eftermiddag |
|----------------|--|---|
| Mandag | Fasanstuen/Pia G. Grønsagssuppe dertil kartofler Kålrabi, majroer, pastinak, persillerod, gulerødder, selleri og hokaido | Fasan Grovbrød og æbler Koldhævet dej til tirsdag |
| Tirsdag | Besøg på Jørgens gård Madpakker med/Jytte Banan, oksepølse, deller af kalvekød og gulerødder | Blåhvalen Boller og kiwi Koldhævet dej til onsdag |
| Onsdag | Besøg på Jørgens gård Madpakker med/Jytte Fiskedeller, figen, kalkunpølse og æbler | Rævestuen Flutes og appelsiner Koldhævet dej til torsdag |
| Torsdag | Fasanerne har båldag/Janni Høsekødsuppe med grønsager og grov-boller De samme som nævnt – om tirsdagen | Knækbrød med smør og æbler Koldhævet dej til fredag |
| Fredag | Bibbi og Jytte Rismelsgrød og brød | Rugbrød med rosiner gulerødder |

Menuplan for børnehaven Agerhønen, Hedehusene

Uge 4

Mandag:

Frokost Rugbrød
Indianerpandekager (pandekager med fint revet gulerod og fint hakket spinat)
Pirogger m. hakket oksehjerte og årstidens grøntsager
Tunsmør m. reven gulerod
Råkost m. rødkål, jordskokker, æble
Smør

Eftermiddag Barbieboller (boller med rødbede) smør, kogte gnave kartofler

Tirsdag:

Frokost Rugbrød
Æg m. reven gulerod
Hjemmelavet figenrulle m. kokos (abrikoser, figner, rosiner, kokos)
Pastasalat m. farvede pasta rosenkål, gulerødder
Sildefrikadeller
Flødeost (hj. Lavet af creme fraiche, tykmælk, tilsat årstidens frugt ell. grøntsager)

Eftermiddag Risengrød m. kanel og smør og grøntsagsstave (årstidens grønt) og rugbrød

Onsdag:

Frokost Rugbrød
Varme ostesandwich
Grøntsagsfrikadeller
Æbler m. rosiner
Gulerodsstave
Lune fiskefileter m. remoulade

Eftermiddag Gulerodsflute, bagte rodfrugter m. dressing af creme fraiche, hvidløg og sukker

Torsdag:

Frokost Rugbrød
Gulerodsflute
Små selleribøf m. tun pyntet m. persille
Koketter m. kartoffelmos pyntet m. reven gulerod og reven ost, gratineret i ovnen.
Kalveleverpostej (hj. Lavet med kartofler) m. rødebedesalat (rødbeder, selleri, æbler, hvidløg, olie og eddike)

Eftermiddag Fletbrød m. frugt (evt. appelsin ell. klementin)

Fredag:

Frokost Lasagne m. kalvehjerte og grøntsager

Eftermiddag Speltboller m. smør, råkost med hvidkål, æbler, rosiner

I projektet bespises 24 børnehavebørn. Der er udarbejdet fire forskellige ugeplaner, som ruller. Frugt og grøntsager i ugeplanerne er afhængig af årstiden. De oprindelige planer justeres løbende, efter hvad børnene kan lide, da det handler om, at møde børnene på deres madmæssige niveau. Der er lavet gramskemaer, så man ved, hvor meget et barn skal have til hvert måltid. Mængden af mad, der tilberedes den enkelte dag, er afhængig af det fremmødte antal børn.

Menuplaner fra Skolecaféen på Haarby Skole

Uge nr. 16

- Mandag: Minestrone m/ brød
Tirsdag: Salatbar m/brød
Onsdag: Kylling m/salat og brød
Torsdag: Fiskefrikadeller m/ kartoffelbåde
Fredag: Pitabrød m/tun

Uge nr. 17

- Mandag: Rejecocktail m/ flutes (sidste ønske fra madplan)
Tirsdag: Kebabspyd m/ ris og sur / sød sovs
Onsdag: Kylling m/ bagt kartoffel og smør
Torsdag: Tartelet m/ høns og asparges
Fredag: St. Bededag

Uge nr. 18

- Mandag: Bradepandepizza
Tirsdag: Minestrone m/ berberiand og brød
Onsdag: Kylling m/ ris og bearnaisesovs
Torsdag: Fiskefilet m/ kartoffeltrekanter og remouladesovs
Fredag: Lidt af hvert
Varm kakao

Vil I vide mere om denne café kan det ses på

www.spisesiden.dk i Erfaringsbanken

5 ugers plan til skolekantiner fra Birgittehjemmet, Hille-rød (eksternt køkken)

| | | |
|-------|---|---|
| Uge 1 | 1 | BURGER MED FARS OG BACON |
| | 2 | THAILANDSK RET /HONG KONG GRYDE |
| | 3 | KYLLINGEPIROG |
| | 4 | PASTA MED GRØNSAGER I KØDSAUCE |
| | 5 | FRANSK HOT DOG |
| | | |
| Uge 2 | 1 | PITABRØD / MINESTRONESUPPE / TOMATSUPPE |
| | 2 | KYLLING MED RÅKOST |
| | 3 | BURGER MED FARSSKINKE |
| | 4 | SPAGHETTIRET |
| | 5 | FRIKADELLE MED KARTOFFEL, RØDKÅL |
| | | |
| Uge 3 | 1 | BOLLER I CARRY MED LØSE RIS |
| | 2 | ITALIENSK PASTARET |
| | 3 | BURGER MED KYLLING |
| | 4 | MILLIONBØF MED KARTOFFELMOS |
| | 5 | PIZZA |
| | | |
| Uge 4 | 1 | CHILI CON CARNE/TARTELETTER MED KYLLING/RISENGR |
| | 2 | KARTOFFELRET MED PØLSE |
| | 3 | BURGER MED RIBBENSTEG |
| | 4 | SPAGHETTI MED KØDSAUCE |
| | 5 | FYLDTE PANDEKAGER |
| | | |
| Uge 5 | 1 | FRANSK FLÜTES MED SALAT OG TUN / SKINKE |
| | 2 | BIKSEMAD / BRÆNDENDE KÆRLIGHED |
| | 3 | BURGER MED ROASTBEEF |
| | 4 | PASTARET MED KALKUN |
| | 5 | FISKEFRIKADELLER MED RÅKOST |

Menuplan skolemad fra Aktivitetscentret, Solrød Strand (eksternt køkken)

| UGEDAG | BRØD MED FYLD | BRØD UDEN FYLD | SMÅRETTER |
|--------------------|--|----------------|---------------------------------|
| Mandag d. 11/3 | Brød m/ Tunsalat | BRØD UDEN FYLD | Pasta med kød-sauce |
| Tirsdag d. 12/3 | Brød m/ Kylling, bacon salat og tomat. | BRØD UDEN FYLD | |
| Onsdag d. 13/3 | Brød m/Skinke ost og tomat. | BRØD UDEN FYLD | |
| Torsdag d. 14/3 | Pitabrød m/Kebab salat og dressing. | BRØD UDEN FYLD | |
| Fredag d. 15/3 | Brød m/frikadelle rødkål og agurk. | BRØD UDEN FYLD | |
| Mandag d. 18/3 | Brød m/ hønsesalat. | BRØD UDEN FYLD | |
| Tirsdag d. 19/3 | Brød m/kalkun og salat. | BRØD UDEN FYLD | |
| Onsdag d. 20/3 | Brød m/ pastrami, agurk og tomat. | BRØD UDEN FYLD | Frikadelle m/gulerod og flutes. |
| Torsdag d. 21/3 | Brød m/ røget, filet æggestand og salat. | BRØD UDEN FYLD | |
| Fredag d. 22/3 | Brød m/æg tomat og agurk. | BRØD UDEN FYLD | |



AKTIVITETSCENTRETS KØKKEN

Flere informationer

Ernæring

Anbefalinger for den danske institutionskost (1999) Petersen A & Ovesen L, Veterinær- og Fødevaredirektoratet, Søborg.

Kan købes hos Statens Information, tlf. 33 37 92 28,

www.netboghandel.dk eller e-post sp@itst.dk.

Pris 250 kr. ekskl. gebyr 30 kr.

Hele publikationen findes også på www.fdir.dk.

Børn, fedt og hjerte-kar-sygdomme (2002) Michaelsen KS *et al.*, Ernæringsrådet, Søborg.

Kan købes hos Ernæringsrådet, www.ernaeringsraadet.dk.

Pris 75 kr. inkl. moms og forsendelse.

Hele publikationen findes også på www.ernaeringsraadet.dk.

Danskernes Kostvaner 1995. Hovedresultater (1996) Andersen NL, Fagt S, Groth MV, Hartkopp HB, Møller A, Ovesen L & Warming DL, Levnedsmiddelstyrelsen, Søborg.

Kan købes hos Statens Information, tlf. 33 37 92 28,

www.netboghandel.dk eller e-post sp@itst.dk.

Pris 125 kr. ekskl. gebyr 30 kr.

Danskernes Kostvaner 1995. Mad og måltider (2000) Fagt S, Groth MV & Andersen NL, Fødevaredirektoratet, Søborg.

Kan købes hos Statens Information, tlf. 33 37 92 28,

www.netboghandel.dk eller e-post sp@itst.dk.

Pris 250 kr. ekskl. gebyr 30 kr.

Hele publikationen findes også på www.fdir.dk.

Frukt og grøntsager. Anbefalinger for indtagelse (1998) Trolle E, Fagt S & Ovesen L (red.), Veterinær- og Fødevaredirektoratet, Søborg.

Kan købes hos Statens Information, tlf. 33 37 92 28,

www.netboghandel.dk eller e-post sp@itst.dk.

Pris 188 kr. ekskl. gebyr 30 kr.

Hele publikationen findes også på www.fdir.dk.

Mad og måltider – en fælles investering i sundhed og trivsel. Sundhedsfaglig dokumentation og anbefalinger for mad og måltider i grundskoler og fritidsinstitutioner. (2000) Husby I. Sundhedsstyrelsen, København.

Kan købes hos Sundhedsstyrelsens Publikationer, c/o Schultz Information, tlf. 70 26 26 36.

Pris 40 kr. ekskl. forsendelse.

Hele publikationen findes også på www.spisesiden.dk.

Mad og måltider som en del af skolens hverdag. En sociokulturel undersøgelse af grundskolers erfaringer med mad- og måltidsordninger. (1999)

Jacobsen TB & Olsen N. Sundhedsstyrelsen, København.

Kan købes hos Sundhedsstyrelsens Publikationer, c/o Schultz Information, tlf. 70 26 26 36.

Pris 40 kr. ekskl. forsendelse.

Hele publikationen findes også på www.spisesiden.dk.

Nordiske næringsstofanbefalinger (1996), Sandström B, Aro A, Becker W, Lyhne N, Pedersen JI, Þórsdóttir I. Nordisk Ministerråd, Nordisk Forlagshus.

Kan købes hos Svensk Norsk Bogimport A/S, tlf. 33 14 26 66. Pris 125 kr.

Pjecer

Alle pjecer kan købes hos Forbrugerinformationen, tlf. 70 13 13 40 eller e-post bestil@fi.dk.

Pris 20 kr. pr. stk.

Bedre kost – mere motion. Ren besked 3/1993 (2001) Forbrugerinformationen, København.

Bestillingsnummer 301.

Du er måske for sød (2001), Fødevaredirektoratet, Søborg.

Vedlagt dette materiale.

Mad og sunde tal. En lille levnedsmiddeltabel. Ren besked 4/1990 (2000). Forbrugerinformationen, København.

Bestillingsnummer 304.

Sunde børn leger bedst. Ren besked 1/1992 (2001). Forbrugerinformationen, København.

Bestillingsnummer 306.

Opskrifter på mad til børn mm.

Der findes mange gode bøger med opskrifter. Gå på biblioteket, i boghandelen eller kik på internettet. Her er blot et lille udpluk.

Daginstitutioner

Barnemad (1999) Vejle Amt & Mejeriforeningen, Mejeriforeningen, Århus. Kan rekvireres hos Mejeriforeningen, tlf. 87 31 20 00 (kl. 10-14) eller www.mejeri.dk. Gratis.

God mad til børn fra fødsel til skolealder (2001) Gjerulff AD, Askholms Forlag ApS, Rødovre. Kan købes i boghandelen eller lånes på biblioteket. Pris 149 kr.

Hønsfødder og gulerødder. Kosthåndbog for daginstitutioner og dagplejere (1992) Vestergaard TF & Voss L, Forlaget Børn & Unge, København. Udsolgt fra forlaget, men den kan lånes på biblioteket.

Mad til spædbørn og småbørn (2001) Mikkelsen K & Trolle E, 4. udgave, Fødevarerdirektoratet & Sundhedsstyrelsen, København. Kan købes hos Komiteen for Sundhedsoplysning, tlf. 35 26 54 00 eller www.sundkom.dk. Pris 40 kr.

Skoler

Kost i skolen – et fælles ansvar. "Kom i gang pakke" (1999) Mehl H, Familie og Samfund, Århus. Kan købes hos Familie og Samfund, tlf. 87 40 54 96 eller www.famogsam.dk. Pris 25 kr.

Rammer for måltidet

0-14. Måltidernes ABC (1996) Pædagogisk Tidsskrift for daginstitutioner og klubber nr. 2/96, Dansk Pædagogisk Forum, Århus. Kan købes hos Dansk Pædagogisk Forum på tlf. 86 18 78 88 eller e-post bogbutik@paedagogiskforum.dk. Pris kr. 93 ekskl. porto.

Håndbog om kostpolitik. Eksempler på hvordan pasningsordninger, kommuner og forældre i fællesskab kan forbedre børns muligheder for at lære at spise sundt (1996). Ernæringspolitisk Landsudvalg. Kan købes hos Mejeriforeningen, tlf. 87 31 20 00 eller www.mejeri.dk. Pris 15 kr.

Kost i skolen – et fælles ansvar (1999) Familie og Samfund, Århus.
Kan købes hos Familie og Samfund, tlf. 87 40 54 96 eller
www.famogsam.dk. Pris 50 kr. ekskl. moms og forsendelse.

Mad og måltider som en del af skolens hverdag. En sociokulturel undersøgelse af grundskolers erfaringer med mad- og måltidsordninger (1999) Jacobsen TB & Olsen N. Sundhedsstyrelsen, København.
Kan købes hos Sundhedsstyrelsens Publikationer, c/o Schultz Information, tlf. 70 26 26 36. Pris 40 kr. ekskl. forsendelse.

Madpakken – en hilsen hjemmefra (1995) Mejeriforeningen, Århus. (Video og hæfte)
Kan købes hos Mejeriforeningen, tlf. 87 31 20 00 eller www.mejeri.dk.
Pris 30 kr. for leje og 80 kr. for køb.

Mad, børn, følelser og livskvalitet (1998) Svendsen H, Wisby & Wilkens, Viborg.
Udsolgt fra forlaget, men den kan lånes på biblioteket.

Smil vi skal spise – børnefamiliens måltider (2000) Juul J, Forlaget Apostrof, København.
Kan købes i boghandelen eller lånes på biblioteket. Pris 199 kr.

Foreninger

Astma-Allergi Forbundet, Hovedvejen 9 C, 2600 Glostrup, tlf. 43 43 42 99 (rådgivning), www.astma-allergi.dk.

Dansk Cøliaki Forening, Perlegade 76, 6400 Sønderborg, tlf. 70 10 10 03, www.coeliaki.dk.

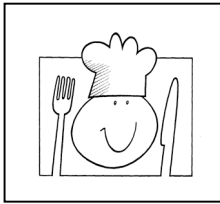
Diabetesforeningen, Rytterkasernen 1, 5000 Odense C, tlf. 66 12 90 06, www.diabetes.dk.

Foreningen af Kliniske Diætister, Frederiksberg Allé 3, 2., 1621 København V, tlf. 33 32 00 39, www.diaetist.dk.

Hjemmesider

www.ernaeringsraadet.dk, Ernæringsrådet
www.fi.dk, Forbrugerinformation
www.fdir.dk, Fødevaredirektoratet
www.6omdagen.dk, Kampagnen 6 om dagen
www.projekt-madpakken.dk, Mejeriforeningen
www.spisesiden.dk, Sundhedsstyrelsen

6. ØKOLOGI



Hvorfor økologi?

Forældre, lærere og pædagoger ønsker ofte, at mad- og måltidsordninger helt eller delvis bruger økologiske fødevarer. Der kan være mange forskellige beavæggrunde til dette ønske. Her er de hyppigst nævnte:

- Økologiske grøntsager indeholder færre sprøjtemiddelrester end konventionelle.
- Det er med til at sikre rent drikkevand.
- Det er godt for naturen.
- Det kan være med til at sætte fokus på mad og måltider.
- Det kan bane vejen for en diskussion om sundere måltider.
- Det kan være med til at starte en diskussion om kvalitet og fødevarer.

Er de sundere? Når økologiske grøntsager ikke sprøjtes med pesticider, indeholder de i sagens natur færre uønskede stoffer, men når det gælder spørgsmålet om, hvorvidt de også er sundere med hensyn til indhold af næringsstoffer, er der ikke nogen entydige svar.

Er de bedre? Det er der heller ingen entydige svar på, men for en del forarbejdede fødevarer er det sådan, at de simpelthen ikke findes i en økologisk udgave i den nedre ende af kvalitetsskalaen. Når man som producent i forvejen skal ud og have en merpris for sin økologiske vare, kan det ikke betale sig at spare på eksempelvis appelsinerne i appelsinmarmeladen.

Kom godt i gang

Det er en god idé, at lave en plan for den økologiske omlægning, inden I går i gang. Her nævnes nogle punkter, der er værd at tage med i planlægningen:

- Spørg jer selv, hvad formålet med den økologiske omlægning er.
- Find og inddrag samarbejdspartnere i og omkring daginstitutionen eller skolen. De kan hjælpe jer med en omlægning.
- Gør omlægningen til et projekt, der involverer flere parter.
- Sæt tid af til projektet. Det er ikke noget, der sker fra den ene dag til den anden.
- Find ud af hvad omlægningen koster, og hvordan den finansieres.
- Lav en handlingsplan. Find ud af hvem, der gør hvad, hvornår.

Udskiftning eller omlægning

Når I vil benytte økologisk fødevarer, er der to overordnede måder, som I kan benytte. I kan enten udskifte de enkelte fødevaregrupper direkte, f.eks. at udskifte konventionel mælk med økologisk mælk, eller at omlægge hele kosten. En udskiftning vil altid resultere i en merpris, mens en omlægning netop kan finansiere merprisen. Sidstnævnte kræver en indsats af køkkenpersonalet, og et kursus eller konsulenthjælp i starten er en god idé.

Sådan finansierer I merprisen

- Brug pengene på billige basismadvarer og spar på kødet og de søde sager.
- Find de produktgrupper hvor merprisen er mindst.
- Udnyt mere af råvaren, eksempelvis ved også at bruge det grønne på porretoppen.
- Brug sæsonens råvarer - rodfrugter om vinteren og tomater om sommeren.
- Gør noget ud af at finde den rigtige leverandør.
- Indgå, hvor det er muligt, en indkøbsaftale med leverandøren.

Find også frem til de varer, hvor leverancesikkerheden er størst. Der er ikke noget så kedeligt som at måtte aflyse den økologiske omlægning hver anden uge, fordi forsyningerne svigter.

Økologisk omlægning er krævende, men en måde at komme i gang på er at starte i det små og kun omlægge f.eks. 30% af kosten frem for 100% på én gang. Mange starter med f.eks. mælk og mel og udvider omlægningen løbende.

Når I er klar til at gå i gang skal der laves beregninger og findes leverandører. Har I f.eks. ressourcer til selv at gå på indkøb, eller vil I benytte en leverandør? Undersøg derfor udbuddet i de lokale detailforretninger eller benyt grossister, som kan levere varerne lige til døren. Det kan også være, at kommunen har indkøbsaftaler, som I kan benytte.

Til sidst må I lave en opgørelse over den eventuelle merpris, der er på de varer, som I beslutter jer for, og foretage de nødvendige justeringer på budgettet.

Lovgivning

Når I omlægger til økologi er det naturligt også at fortælle det til omverden f.eks. til forældrene og børnene. Der gælder særlige regler, hvis I vil reklamere for jeres økologiske måltider og brugen af økologiske råvarer.

I kan læse mere i Fødevaredirektoratets publikationer om økologi, som er listet op bagest i kapitlet.

Kommunalt eller institutionelt initiativ

Økologiprojekter vokser ofte op fra neden – på institutionsniveau. I andre tilfælde er det et ønske, der kommer fra oven - fra den kommunale forvaltning eller politikere. Der er vellykkede eksempler inden for begge kategorier.

Kommunale projekter kræver koordinering mellem de forskellige institutioner, og det er en opgave, som kommunen skal påtage sig. Nogle af fordelene ved kommunale projekter kan være

- Mulighed for større indkøbsvolumen
- Mere attraktivt for leverandører
- Mulighed for at skabe netværk med andre køkkener
- Nemmere at lave kurser

Ulempen kan være, at der tager længere tid, og at dem der skal føre forandringen ud i livet føler, at de for presset noget ned over hovedet.

Kommunernes Landsforening har gennemført et projekt om økologisk omlægning, som specielt fokuserer på kommunens rolle i omlægningsprojektet. Projektet har resulteret i en debatpjece, en inspirationspjece og en håndbog, og alle materialerne kan ses på KLs hjemmeside www.kl.dk.

Uddannelse

Uddannelse, viden og holdninger er vigtige, når I skal i gang med en økologisk omlægning. Heldigvis er der efterhånden mange, der udbyder kurser i økologisk omlægning, og bl.a. har Økonomaforeningens blad ”Økonomaen” - www.oekonomaforeningen.dk - hvert halve år en oversigt over forskellige typer af køkkenkurser. Nogle af dem handler om økologi. De tekniske skoler tilbyder også kurser i økologisk omlægning.

Det er ikke altid, at I selv kan bruge tid og kræfter på at starte fra bunden med den økologiske omlægning, og det kan derfor være en idé at bruge en

konsulent. Der findes efterhånden en række konsulenter og virksomheder med gode erfaringer i en økologisk omlægning:

Agenda 21 Center i Frederikssund, Torvet 7B, 3600 Frederikssund, tlf. 47 36 02 54 eller e-post jp@agenda21center.dk

Aggers Selskab v/Anne Birgitte Agger, Amalie Skrams Allé 31, 2500 Valby, tlf. 29 91 46 61 eller e-post geokok@mail.tele.dk. Hjemmeside www.dankost.dk

Dansk Catering Center, Hørkær 2, 2730 Herlev, tlf. 44 94 24 90 eller e-post dcc@dankost.dk

Miljøvenlige Storkøkkener, Videnpark Trekantområdet, Vesterballevej 4, 7000 Fredericia, tlf. 75 91 00 77 eller e-post miljoecenter@get2net.dk.

Skolen for Økologisk Dannelse, Økologisk Oplysnings Forbund, Valkendorfsvej 16, 4., 1151 København K, tlf. 33 91 39 09. Hjemmeside www.eco-skole.dk

Udviklingskonsulent Ulla Lundstrøm, Råhøjvænget 51, Stavtrup, 8260 Viby J, tlf. 86 28 09 23 eller e-post ulla@lundstroem.biz

Økologisk Storkøkken Rådgivning v/ Mette Kloppenborg, Skolegade 59, 8600 Silkeborg, tlf. 86 80 22 70 eller e-post mette@kloppenborg.com

Flere informationer

Pjecer vedr. lovgivning

Pjecerne er gratis og kan fås hos Fødevaredirektoratet på tlf. 33 95 60 00, (kl. 9-12). Alle pjecer findes også på hjemmesiden www.fdir.dk.

Om økologi i storkøkkener 2. udgave (januar 2002), Fødevaredirektoratet, Søborg.

Vejledning om økologikontrol i storkøkkener (juni 2001) , Fødevaredirektoratet, Søborg. Ny udgave udkommer ultimo 2002.

Økologiske fødevarer (december 2001) , Fødevaredirektoratet, Søborg.

Omlægning mm.

Roskilde går økologisk (2000) Roskilde Kommune, Roskilde.
Kan rekvireres i Planlægningsafdelingen, tlf. 46 31 31 52 eller e-post kirstenbf@roskildec.com.dk. Begrænset oplag. Gratis.

Økologi i daginstitutioner. Håndbog i økologisk køkkendrift. (1996) Lauridsen AM. Skolen for Økologisk Afsætning.
Kan købes hos Økologisk Storkøkken Rådgivning, tlf. 86 80 22 70 eller e-post mette@kloppenborg.com. Pris 30 kr. ekskl. forsendelse.

Økologi i køkkener – hvorfor, sådan. KL, København.
Kan rekvireres hos Kommuneinformation, tlf. 33 11 38 00 eller www.kl.dk/ki. Gratis.

Økologi i Køkkenet (1996) Olesen A. Erhvervsskolernes forlag, Odense.
Kan købes hos Erhvervsskolernes forlag, tlf. 63 15 17 00 eller www.es-c.dk.
Pris 37,50 kr. ekskl. forsendelse.

Økologi i Maden (1996) Lundstrøm U. Erhvervsskolernes forlag, Odense.
Kan købes hos Erhvervsskolernes forlag, tlf. 63 15 17 00 eller www.es-c.dk.
Pris 37,50 kr. ekskl. forsendelse.

Økologi i Storkøkkener (1996) Rasmussen L. Erhvervsskolernes forlag, Odense.
Kan købes hos Erhvervsskolernes forlag, tlf. 63 15 17 00 eller www.es-c.dk.
Pris 37,50 kr. ekskl. forsendelse.

Økologi vi ka' li' (2001) Opskrifter og historier fra de økologiske køkkener i Albertslund. Albertslund Kommune. Miljøforvaltningen, Albertslund.
Kan købes hos Albertslund Kommune, tlf. 43 68 68 68 eller e-post miljoeforvaltningen@albertslund.dk. Pris 175 kr.

Økologisk indkøb = logisk indkøb. Indkøbsguide. Økonomaforeningen i Frederiksborg Amt & Projekt Økologisk Kost i Nordsjælland, Agenda21Center, Frederikssund.
Kan rekvireres hos Agenda21Center, tlf. 47 36 02 54 eller e-post jp@agenda21center.dk. Begrænset oplag. Gratis.

Økologisk kost – det lærte vi af projektet! Inspirationshæfte (2001) Bendsen LV, Holbæk Kommune, Holbæk.
Kan købes i Byrådssekretariatet, tlf. 59 45 20 24. Pris 50 kr.

Økologisk kost i kommuner og amter - håndbog i økologisk omstilling. KL, København.
Kan rekvireres hos Kommuneinformation, tlf. 33 11 38 00 eller www.kl.dk/ki. Gratis.

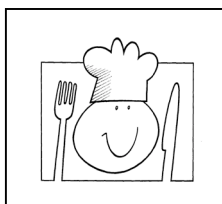
Økologiske fødevarer i kommunerne. Ved du nok, inden du træffer beslutning om økologi? Kommunernes Landsforening. Kontor for Teknik og Miljø, København.
Kan rekvireres hos Kommuneinformation, tlf. 33 11 38 00 eller www.kl.dk/ki. Begrænset oplag. Gratis.

Økologiske fødevarer i storkøkkener – en vejledning til omlægning (1998) Skolen for Økologisk Afsætning. Fødevaredirektoratet, Søborg.
Kan rekvireres hos Fødevaredirektoratet, tlf. 33 95 60 00 (kl. 9-12).
Hele publikationen findes også på www.fdir.dk

Foreninger

Økologisk Landsforening, Økologiens Hus, Frederiksgade 72b, 8000 Århus C, tlf. 87 32 27 00. www.okologi.dk.

7. FØDEVAREHYGIEJNE



For at reducere risikoen for infektioner ved at spise maden i daginstitutioner og skoler er det nødvendigt, at I tager bestemte forholdsregler ved bl.a. opbevaring og tilberedning af fødevarer. Alle har krav på sunde råvarer. Visse råvarer vil dog i større eller mindre grad kunne indeholde sygdomsfremkaldende mikroorganismer.

Visse bakterier kan således forårsage madforgiftning, som vil være alvorlige for børn, og ofte er det fejlagtig tilvirkning, der er årsag til fødevarebårne sygdomme. Produktion af mad i store portioner indebærer en større risiko for opformering af sygdomsfremkaldende og fordærvende bakterier og samtidig vil mange børn blive syge, hvis det går galt.

Lovgivningen på området skal derfor ses som en forebyggende foranstaltning, der skal sikre børnene sunde fødevarer fremstillet og forhandlet på en hygiejnisk forsvarlig måde.

Godkendelse af køkken og madordning

Når I vil starte en madordning og har en ide om, hvilken type I vil have, og hvilken mad I vil servere, så kontakt den lokale Fødevareregion. Fødevareregionen skal evt. godkende køkkenet i daginstitutionen/skolen, hvor madlavningen skal foregå.

Ansvar

Det er jeres (daginstitution, skole, eksternt køkken) ansvar, at fødevarelovgivningen overholdes, og at madlavningen altid foregår hygiejnisk forsvarligt, hvad enten mad- og måltidsordningen skal godkendes eller ej. Derfor er det vigtigt, at I sætter jer ind i lovgivningen på området.

I kan læse mere om lovgivningen i Bekendtgørelsen om autorisation og Bekendtgørelsen om fødevarehygiejne. Se nærmere om disse bagest i kapitlet. På Fødevaredirektoratets hjemmeside (www.fdir.dk) kan hentes diverse OM-foldere, der også beskriver reglerne indenfor området. Enkelte af disse foldere er også vedlagt dette materiale. Bemærk at ordet fødevarevirksomhed bruges i lovgivningen, og at det også dækker daginstitutioner, skoler og f.eks. plejehjem, som producerer mad.

Daginstitutioner

Daginstitutioner, hvor maden laves af institutionens personale, med henblik på en egentlig forplejning af børnene, f.eks. daglig eller jævnlig tilberedning af frokost eller middag, skal godkendes af den lokale fødevareregion. Daginstitutioner, der kun serverer drikkevarer eller som lejlighedsvist laver mad med henblik på at beskæftige børnene (pædagogisk aktivitet), skal ikke godkendes eller registreres. Servering af frisk frugt, yoghurt mm., udlevering af drikkevarer til børnenes egne madpakker samt opvask af tilhørende service kræver heller ikke en godkendelse eller registrering. Dog skal aktiviteterne stadig foregå hygiejnisk forsvarligt og leve op til de gældende regler.

Lejlighedsvise arrangementer

Arrangementer, som finder sted én gang om ugen, skønnes ikke at kunne betegnes som lejlighedsvise, mens arrangementer, der finder sted 6-8 gange årligt, må antages som oftest at være undtaget fra godkendelse eller registrering, medmindre de strækker sig over længere tid, f.eks. 1-2 uger. Afgørelsen af om der er tale om et lejlighedsvist arrangement, er en konkret vurdering i de enkelte tilfælde, som foretages af den lokale fødevareregion. Lejlighedsvise arrangementer kræver ikke godkendelse eller registrering, men det skal stadig foregå hygiejnisk forsvarligt og leve op til fødevarerelovens bestemmelser.

Skoler

Skoleboder o.lign., hvor I f.eks. sælger sandwich og lune retter mm. skal godkendes af den lokale fødevareregion.

Hvis I kun sælger drikkevarer, frisk frugt, sukkervarer o. lign., så skal skoleboden ikke godkendes eller registreres, så længe det ikke giver hygiejniske problemer, men fødevarerelovens bestemmelser skal overholdes.

Hvis I ønsker at tilberede maden i skolekøkkenet, skal dette godkendes af den lokale Fødevareregion.

Kontakt altid den lokale fødevareregion, hvis I vil lave en mad- og måltidsordning.

Kontakten til den lokale Fødevareregion

Rent praktisk foregår godkendelsen ved, at daginstitutionen/skolen indsender ansøgning med tegninger af køkkenet og evt. serverings- og salgslokale, egenkontrolprogram (se nedenfor) samt beskrivelse af den kommende madordning til den lokale fødevareregion. Der kan evt. hentes hjælp med tegninger, planer mm. hos kommunens tekniske forvaltning.

Fødevareregionen har bl.a. brug for oplysninger om:

- Hvordan er køkkenet og evt. salgslokale indrettet?
- Hvordan er lagerforholdene og personaletoaletterne?
- Hvor mange børn skal spise med?
- Hvad vil I servere?
- Hvor ofte vil I servere mad?
- Hvem skal tilberede maden?
- Hvilken hygiejneuddannelse har personalet?
- Hvordan vil I lave egenkontrol?

En tilsynsførende vil efterfølgende komme på besøg for at foretage den endelige godkendelse.

Rutinetilsyn

Fødevareregionen kommer på uanmeldte besøg (tilsyn) mindst 1 gang om året for at være med til at sikre, at maden bliver lavet hygiejnisk forsvarligt. Eksempelvis:

- om jeres køleskabe og frysere har korrekt temperatur (max 5°C / -18°C)?
- om I har det rent og pænt?
- om I har lavet egenkontrol (se nedenfor)?

Den tilsynsførende kan også tage prøver af maden, som efterfølgende undersøges for bl.a. bakterieindhold. Efter besøget får I en tilsynsrapport. Rutinetilsyn er gratis. Opfølgende tilsyn, hvis der er problemer, eller hvis I rekvirerer et nyt tilsyn koster et gebyr. I forbindelse med tilsynene vil der være mulighed for at stille spørgsmål.

Læs mere om tilsynsbesøg i pjecen ”Der er nu ikke noget så godt som et smil” på www.fdir.dk.

Indretning af køkkenet

For at et køkken og dermed en madordning kan godkendes skal indretningen af køkkenet være i orden. Indretning af køkkener kan være meget forskellige, og det kan betyde, at der er forskel på en godkendelse af tilsyneladende ens køkkener. Salgslokaler, serveringslokaler, personaletoaletter og lagerrum hører også med i en godkendelse.

Læs mere om indretning af køkkener i pjecen ”OM madlavning i små institutionskøkkener”, som er vedlagt dette materialet og i pjecen ”OM indretning af restauranter, supermarkeder og lignende”, som findes på www.fdir.dk. Kontakt evt. også teknisk forvaltning i din kommune og den lokale Fødevareregion for at finde ud af hvad der skal til for, at jeres køkken kan godkendes.

Uddannelse i hygiejne

Mange forskellige faggrupper i daginstitutioner og skoler kan være involveret i madlavning og servering. Ofte er det køkkenfagligt uddannet personale, men det kan også være lærere, pædagoger, rengøringspersonale, personer i aktivering, ufaglærte ”madmødre”, forældre osv.

Personer, der laver mad til andre i et godkendt køkken, skal have et basalt kendskab til hygiejne. Det er ofte fejlagtig behandling af maden, der er årsag til fødevarerbårne sygdomme. Personer, som ikke har køkkenfaglig uddannelse, skal derfor gennemføre en certifikat- eller en basisuddannelse i fødevarerhygiejne.

Den lokale fødevareregion kan hjælpe med at vurdere, hvilken uddannelse I har brug for. Uddannelsen kan tages på AMU-centre og erhvervsskoler. Virksomheder, organisationer og andre, eksempelvis kommuner, kan få deres eget uddannelsesprogram godkendt hos Fødevaredirektoratet.

Læs mere om uddannelserne i pjecen ”OM uddannelser i fødevarerhygiejne” og på hjemmesiden www.efteruddannelse.dk under arbejdsmarkedsuddannelse.

Produktion af maden og egenkontrol

At lave mad til 50 børn i en daginstitution eller 500 børn på en skole er ikke det samme som at lave mad til en familie på fire. Derfor kræver fødevarermyndighederne i dag, at godkendte køkkener selv har kontrol med hygiejnen, og at I skriver ned, hvad I gør ved håndtering af: Råvarer, produktion, færdigvarer, vedligehold, rengøring og personlig hygiejne. Dette kaldes et egenkontrolprogram og svarer faktisk til en systematisering af mange af de rutiner, som I allerede arbejder efter i køkkenerne.

I kan læse mere om de kritiske punkter i madlavningen og egenkontrol i de vedlagte pjecer ”Fakta om fødevarerhygiejne. Tilberedning” og ”OM egenkontrol i restauranter og lignende virksomheder”.

Hjælp at hente

For ikke køkkenfaglig uddannet personale kan det være en stor mundfuld at lave et egenkontrolprogram. Når det først er lavet og brugt i nogle uger, bliver det en del af den daglige rutine. Der er hjælp at hente i de såkaldte branchekoder, som er vejledninger i, hvordan I kan indføre egenkontrol.

Mindre institutionskøkkener kan med fordel bruge branchekoden for hotel- og restauranterhvervet, som fås ved henvendelse til Horesta på tlf. 35 24 80 80 eller e-post miljoe@horesta.dk. Den koster 320 kr. ekskl. moms. Horesta har også lavet en god konkret eksempelsamling med egenkontrolprogrammer, som koster 100 kr. ekskl. moms.

Til større institutionskøkkener har Amtsrådsforeningen lavet en branchekode, som kan bestilles på hjemmesiden www.branchekode.dk. Den koster 450 kr. ekskl. moms. Anbefales kan også branchekoden for supermarkeder, som består af en hovedmappe og en specialmappe, der evt. kan anvendes i institutioner.

Endelig kan bogen ”Hygiejne og egenkontrol”, som kan købes via Erhvervs-skolernes Forlags hjemmeside www.es-c.dk for 125 kr., også være en hjælp til at komme i gang.

Der findes kurser i egenkontrol på f.eks. AMU-centre (www.efteruddannelse.dk) og tekniske skoler og endelig er det en god ide at gå sammen med andet køkkenpersonale i kommunen for at hjælpe hinanden. De kritiske punkter mht. hygiejne og dermed egenkontrolprogrammerne ligner ofte hinanden.

Hvis I har brug for at se et eksempel på et egenkontrolprogram, kan I henvende jer hos Økonomaforeningen på tlf. 33 13 82 11. Bemærk dog at et egenkontrolprogram altid skal laves ud fra jeres egen produktion.

Det er ikke muligt i dette materiale at give en fuldstændig gennemgang af kritiske punkter i madlavningen og reglerne derom. Start med at læse de vedlagte pjecer og send det implicerede personale på hygiejneuddannelse.

Specielle forhold, når maden produceres i eksternt køkken

Det eksterne køkken er i forvejen ofte godkendt af fødevareregionen og har derfor faciliteter og uddannelse til at lave mad. Bemærk dog at når det eksterne køkken ændrer vareudvalg, skal dette godkendes på ny.

Der kan måske opstå tvivl om ansvaret for en madordning, når der er to institutioner inde i billedet. F.eks. når maden produceres i et eksternt køkken og sælges på skolen. Det eksterne køkken står inde for, at leveringen til den endelige forbruger vil kunne ske i overensstemmelse med fødevarelovgivningens bestemmelser. Dette indebærer bl.a., at det eksterne køkken sikrer sig, at transporten foretages af dertil godkendt virksomhed, at skolebøden er godkendt til salg af de pågældende fødevarer, og at der fra det eksterne køkken er givet tilstrækkelig instruktion om madens opbevaring og behandling indtil den endelige udlevering til børnene. Selve den fysiske overlevering af fødevarer fra det eksterne køkken til skolebøden, frigør altså ikke fra ansvar for at overholde fødevareloven.

En måde at sikre fødevarelovens overholdelse i forbindelse med udlevering af mad til den enkelte forbruger kan f.eks. være at lade en person fra det eksterne køkken være med til salget/serveringen af maden eller ved at fastsætte klare rammer for hvad daginstitutionen/skolen må og ikke må. En klar ramme kan eksempelvis være, at madrester ikke må sælges næste dag, hvilket kan administreres ved at alle rester kasseres eller sendes retur til det eksterne køkken.

Specielle forhold, når maden produceres med deltagelse af børn

Når daginstitutionens eller skolens børn er med til at tilberede og/eller servere maden, skal I overveje hvordan det kan gøres hygiejnisk forsvarligt og beskrive det i jeres egenkontrolprogram. Børnene skal instrueres i hygiejnen omkring madlavning. Det kan indgå som en del af det pædagogiske arbejde eller i hjemkundskabsundervisningen.

Personlig hygiejne, når børn deltager i madlavningen

Børnene skal lære:

- at vaske hænderne grundigt før madlavning, imellem urene og rene arbejdsprocesser og efter toiletbesøg!
- at næse- og hårpilleri er forbudt!
- at rå æg, kød, fisk kræver ekstra opmærksomhed!
- at forklæder er praktiske og smarte!

og endelig at de ikke kan lave mad, hvis de har diare, er forkølede eller har sår på fingrene. De samme regler gælder selvfølgelig også for de voksne!

Ofte stillede spørgsmål

Indretning af køkkenet

Hvor stort skal køkkenet være?

Køkkenet skal have en størrelse, der passer til de aktiviteter I vil have, og som tager hensyn til varesortiment, omfang og af om børnene deltager i madlavningen. Det er bl.a. vigtigt, at I har så meget plads, at I kan undgå krydskontamination, f.eks. overførsel af bakterier fra råvarer til færdigtilberedt mad.

Hvor mange vaske skal der være i køkkenet?

Antal vaske mm. afhænger også af varesortiment og omfanget af madordningen. Som udgangspunkt skal der være en separat håndvask, en separat vask til fødevarer og en vask til opvask. Men der kan også være behov for flere vaske. Det samme vaskearrangement kan anvendes både til vask af levnedsmidler og opvask, hvis den lokale fødevareregion skønner, at det er hygiejnisk forsvarligt. Tal med fødevareregionen om det.

Skal der være en opvaskemaskine med en skyllevandstemperatur på 80°C i køkkenet?

Opvaskemaskine med en skyllevandstemperatur på 80°C er en af måderne, hvorpå I kan desinficere arbejdsredskaber og udstyr i køkkenet. Desinfektion må kun foretages ved brug af kogende vand eller damp eller et middel, der er egnet til formålet, og som er godkendt af Fødevederedirektoratet. Hvis I bruger en opvaskemaskine til desinfektion, skal vandet have en temperatur på mindst 80°C.

Der kan dog tillades afvigelser fra kravet om en vandtemperatur på 80°C eksempelvis for børneinstitutioner, der alene foretager tilvirkning af begrænset karakter til en lukket kreds af personer eller lejlighedsvis tilvirkning af fødevarer med henblik på beskæftigelse af børnene.

Hvorvidt det er nødvendigt med desinfektion afhænger af flere forskellige ting, som lægger op til, at der foretages et skøn i det konkrete tilfælde. Tal evt. med den lokale Fødevareregion om dette skøn.

Læs mere om rengøring, vedligeholdelse m.v. i Bekendtgørelse om fødevarehygiejne kapitel 9 og 13, som du finder på www.retsinfo.dk under Retsinformation.

Kan vi bruge skolekøkkenet eller køkkenet på stuen i daginstitutionen?

Køkkenet må kun bruges til det, det er godkendt til. Skolekøkkener er undertaget kravet om godkendelse, men hvis I vil bruge det til den jævnlige eller daglige madordning, så skal det godkendes til formålet. Det samme gælder for køkkenet på stuen i daginstitutionen.

Kontakt Fødevareregionen for at finde ud af hvad der skal til for, at køkkenet kan godkendes, så I kan bruge det til den jævnlige eller daglige madordning.

Uddannelse i hygiejne

Skal lærere, pædagoger, rengøringspersonale osv. have en uddannelse i fødevarehygiejne, hvis de laver mad i et godkendt køkken?

Ja, hvis en lærer, pædagog eller andet ikke køkkenfagligt uddannet personale deltager i madlavningen, skal de have en uddannelse i hygiejne.

Skal børn, der hjælper med tilberedning og/eller servering, have en uddannelse i fødevarehygiejne?

Reglerne om hygiejneuddannelse gælder ikke for børn under 18 år. Det er dog vigtigt på en anden måde at give børnene en basal viden om fødevarehygiejne og personlig hygiejne f.eks. håndvask. Man kan f.eks. lade det indgå i det pædagogiske arbejde eller lade det indgå i fag som naturteknik eller hjemkundskab. Tilberedning skal foregå sammen med en voksen, som har en hygiejneuddannelse.

Hvor meget koster uddannelserne i fødevarehygiejne?

Basisuddannelse, som består af 8 timers uddannelse, koster mellem 500 og 900 kr. (marts 2002).

Certifikatuddannelsen for ufaglærte, som består af 24 timers uddannelse, koster 766 kr. Sidstnævnte er under AMU-systemet, hvor der er mulighed for at søge kursusgodtgørelse (marts 2002).
Læs mere om mulighederne for godtgørelse i Arbejdsmarkedsstyrelsen bekendtgørelse nr. 1376 af 20. december 2000 om deltagervilkår og betalingsordninger ved deltagelse i arbejdsmarkedsuddannelser.

Madlavning

Må forældre medbringe råvarer fra private hjem i forbindelse med den daglige eller jævnlige bespisning?

Forældre må gerne medbringe råvarer fra private hjem, som ikke er letfordærlige (se nedenfor). Det kan være brød og kager uden creme, fløde eller fromage, hel frugt og grønt (indkøbte og egen avl) og mel, gryn, helkonserver mm., som er i ubrudt emballage. Fødevareregionen skal orienteres om det og kan vejlede i tvivlstilfælde.

Hvad er letfordærlige fødevarer?

Den officielle definition er, at det er levnedsmidler, som ved opbevaring ved stuetemperatur i løbet af kort tid vil udvikle afvigende udseende, lugt eller smag, eller muliggøre fremvækst af sygdomsfremkaldende mikroorganismer til et niveau, der kan være sundhedsskadeligt.

I praksis er det f.eks. fersk kød og kødprodukter, fersk fjerkrækød og fjerkræprodukter, hakket kød og kødfars herunder rå medisterpølse, fersk fisk, ferske fiskevarer og fiskefars, letkonserverede fiskeprodukter, fiskehalvkonserves, mælkeprodukter, fødevarer som indeholder creme, flødeskum eller fromage, varmebehandlede nedkølede fødevarer og salater, bønnespirer, snittede eller kogte grøntsager. Vær opmærksom på at denne liste ikke er udtømmende.

Må forældre medbringe kage o.lign. til børnefødselsdage?

Ja, forældre må gerne af og til, f.eks. ved fødselsdage medbringe mad f.eks. kage fremstillet i hjemmet, når det betragtes som et privat arrangement, hvor det ikke er institutionen eller skolen, der har ansvaret for maden, og når der kun er adgang for børn, nærmeste familie og personale.

Hvis det sker som en del af en daglig eller jævnlig madordning, findes der retningslinier for, hvad forældrene må medbringe (se ovenfor).

Produktion i eksternt køkken

Hvordan skal transporten fra det eksterne køkken til skolen eller daginstitutionen foregå?

Transporten skal foregå hygiejnisk forsvarligt med overholdelse af temperaturkrav mm., som beskrevet i Bekendtgørelsen om fødevarerhygiejne. Både køkkenet og transportvirksomheden skal være godkendt til de pågældende aktiviteter. I kan læse mere om transport af levnedsmidler i pjecen ”OM transport af fødevarer en gros”.

Skal mad, der leveres fra eksternt køkken, mærkes?

Færdigpakket mad (f.eks. en sandwich i en svejset pose) fra eksterne køkkener skal altid mærkes efter de gældende regler. Hvis maden ikke er færdigpakket i tætsluttende emballage f.eks. en sandwich i en åben pose, så behøver I ikke at mærke den. Bemærk også at mad, der laves i daginstitutionen eller på skolen og sælges videre med det samme, heller ikke skal mærkes. Her kan personalet fortælle, hvad der er i maden.

Hvis det eksterne køkken er en del af en skolemadsordning, skal færdigpakket mad mærkes med dato for sidste anvendelse, producentens navn og adresse, samt en form for identifikation, så madpakke og bestilling kan kobles sammen. Oplysning omkring indhold behøver dermed ikke stå på emballagen. Alle obligatoriske oplysninger om bl.a. indhold skal i stedet stå på bestillingssedlen, som forældrene ser.

Er I i tvivl så kontakt den lokale fødevareregion. I kan læse mere om mærkning i pjecen ”OM mærkning af færdigpakkede fødevarer”.

Børn deltager i madlavningen

Hvor mange børn er det hygiejnisk forsvarligt at have med i madlavningen?

Det kommer an på den enkelte situation, da det bl.a. afhænger af hvilken mad I vil lave og de aktuelle pladsforhold. I skal derfor vurdere det fra gang til gang.

Hvilke aktiviteter må børnene være med til?

Børnene må i princippet være med til alt, så længe det foregår hygiejnisk forsvarligt.

Flere informationer

Lovgivning

Bekendtgørelser og vejledninger kan gratis hentes på hjemmesiden www.retsinfo.dk under Retsinformation.

Bekendtgørelse om autorisation m.v. ved behandling og salg af fødevarer mv. samt kontrolmærkning af animalske fødevarer. Bekendtgørelse nr. 26 af 18. januar 2002. Fødevaredirektoratet.

Bekendtgørelse om deltagervilkår og betalingsordninger ved deltagelse i arbejdsmarkedsuddannelser. Bekendtgørelse nr. 1376 af 20. december 2000. Arbejdsmarkedsstyrelsen.

Bekendtgørelse om egenkontrol i fødevarevirksomheder m.v. Bekendtgørelse nr. 27 af 18. januar 2002. Fødevaredirektoratet.

Bekendtgørelse om fødevarehygiejne. Bekendtgørelse nr. 198 af 22. marts 2001. Fødevaredirektoratet.

Bekendtgørelse om uddannelse i fødevarehygiejne. Bekendtgørelse nr. 94f 21. februar 2002. Fødevaredirektoratet.

Vejledning om egenkontrol i fødevarevirksomheder (marts 2002). Fødevaredirektoratet.

Vejledning om mærkning af levnedsmidler (juni 1992). Fødevaredirektoratet.

Vejledning om uddannelse i fødevarehygiejne (november 1999). Fødevaredirektoratet.

Pjecer vedr. lovgivning

Pjecerne er gratis og kan rekvireres hos Fødevaredirektoratet, tlf. 33 95 60 00 (kl. 9-12).

Alle pjecer findes også på hjemmesiden www.fdir.dk under Publikationer.

Der er nu ikke noget så godt som et smil. (september 2001), Fødevaredirektoratet, Søborg.

Fakta om fødevarehygiejne. Bakterier. 2. udgave (juni 1999), Fødevaredirektoratet, Søborg.

Fakta om fødevarerhygiejne. Tilberedning. 3. udgave (december 2001), Fødevaredirektoratet, Søborg. Vedlagt dette materiale.

Mad og hygiejne 1. udgave (2002), Fødevaredirektoratet, Søborg.

OM egenkontrol i restauranter og lignende virksomheder 2. udgave (maj 2001), Fødevaredirektoratet, Søborg. Vedlagt dette materiale.

OM fødevarerkontrol (november 2000), Fødevaredirektoratet, Søborg.

OM fødevarer ved midlertidige og lejlighedsvisse arrangementer (juni 2001), Fødevaredirektoratet, Søborg.

OM indretning af restauranter, supermarkeder og lignende (december 2000), Fødevaredirektoratet, Søborg.

OM madlavning i små institutionskøkkener (december 2001), Fødevaredirektoratet, Søborg. Vedlagt dette materiale.

OM mærkning af færdigpakkede fødevarer 2. udgave (februar 2001), Fødevaredirektoratet, Søborg.

OM transport af fødevarer en gros (november 2001), Fødevaredirektoratet, Søborg.

OM uddannelser i fødevarerhygiejne 2. udgave (marts 2001), Fødevaredirektoratet, Søborg.

Egenkontrol mm.

Branchekode for hotel- og restauranterhvervet (2001) Hotel-, Restaurant- og Turisterhvervets Arbejdsgiverforening (HORESTA), Frederiksberg. Kan købes hos HORESTA, tlf. 35 24 80 80 eller e-post miljoe@horesta.dk. Pris 320 kr. ekskl. moms. God til mindre køkkener.

Eksempelsamling på egenkontrolprogrammer. Hotel-, Restaurant- og Turisterhvervets Arbejdsgiverforening (HORESTA), Frederiksberg. Kan købes hos HORESTA, tlf. 35 24 80 80 eller e-post miljoe@horesta.dk. Pris 100 kr. ekskl. moms. God til mindre køkkener.

Branchekode for institutionskøkkener (2001) Amtsrådsforeningen, København.

Kan købes via www.branchekode.dk. Pris 450 kr.

Kun til store institutionskøkkener.

Hygiejne og egenkontrol (1999). Højrup E & Sørensen S, Erhvervsskolernes Forlag, Odense.

Kan købes hos Erhvervsskolernes Forlag, tlf. 63 15 17 00 eller www.es-c.dk. Pris 125 kr. ekskl. forsendelse.

Hygiejne og madvarer. Ren besked 6/2000. Forbrugerinformation, København.

Kan købes hos Forbrugerinformation, tlf. 70 13 13 40 eller e-post bestil@fi.dk. Bestillingsnummer 320. Pris 15 kr.

Hele publikationen findes også på www.fi.dk.

De lokale Fødevareregioner

Nordjylland

Sofiendalsvej 90

9200 Ålborg

Tlf. 98 78 10 00

Fax 98 78 10 01

E-post foedevareregion.nordjylland@fdir.dk

Viborg

Klostermarken 16

8800 Viborg

Tlf. 87 28 14 00

Fax 87 28 14 01

E-post foedevareregion.viborg@fdir.dk

Herning

Wedellsborgvej 8

7400 Herning

Tlf. 99 29 18 00

Fax 99 29 18 01

E-post foedevareregion.herning@fdir.dk

Århus

Sønderskovvej 5

8520 Lystrup

Tlf. 87 43 73 22

Fax 87 43 73 23

E-post foedevareregion.aarhus@fdir.dk

Vejle

Tysklandsvej 7

7100 Vejle

Tlf. 79 43 22 00

Fax 79 43 22 01

E-post foedevareregion.vejle@fdir.dk

Esbjerg

Høgevej 25

6705 Esbjerg Ø

Tlf. 79 16 12 00

Fax 79 16 12 01

E-post foedevareregion.esbjerg@fdir.dk

Sønderjylland

Ole Rømersvej 30

6100 Haderslev

Tlf. 73 53 16 00

Fax 73 53 16 01

E-post foedevareregion.soenderjylland@fdir.dk

Fyn

Lille Tornbjerg Vej 24b

5220 Odense SØ

Tlf. 66 61 28 00

Fax 66 61 28 01

E-post foedevareregion.fyn@fdir.dk

Ringsted

Søndervang 4

4100 Ringsted

Tlf. 57 68 20 00

Fax 57 68 20 01

E-post foedevareregion.ringsted@fdir.dk

NordØstSjælland

Fjeldhammervej 15

2610 Rødovre

Tlf. 44 52 30 00

Fax 44 52 30 01

E-post foedevareregion.nordoestsjaelland@fdir.dk

København

Flæsketorvet 75

1711 København V

Tlf. 33 85 24 00

Fax 33 85 24 01

E-post foedevareregion.koebenhavn@fdir.dk

Lokalkontor Bornholm

Thorkildsvej 2

3700 Rønne

Tlf. 56 90 26 00

Fax 56 90 26 01

E-post sekretariat.bornholm@fdir.dk

Pjecer

Så er der serveret (2002), Økonomaforeningen, København.

Du er måske for sød (2001), Fødevaredirektoratet, Søborg.

OM madlavning i små institutionskøkkener (december 2001), Fødevaredirektoratet, Søborg.

OM egenkontrol i restauranter og lignende virksomheder 2. udgave (maj 2001), Fødevaredirektoratet, Søborg.

Fakta om fødevarehygiejne. Tilberedning 3. udgave (december 2001), Fødevaredirektoratet, Søborg.