

Kostpolicy på Korvettens förskola

Vision : *Att alla barn ska få hemlagad näringsriktig mat utan tillsatser, med så mycket ekologiska varor som möjligt.*

Det innebär också att vi inte erbjuder sockerrika varor som godis, bullar, Kakor, saft eller andra sötade drycker, krämer eller soppor.

Mål: *Att lära barnen att näringsriktig mat är viktig för att må bra och att lägga grunden för en god matkultur med inspiration från världens alla hörn.*

- Måltiden ska ge en näringsriktig kost av god kvalitet
- Måltiden ska vara lämplig utifrån barnens fysiska behov och dagsrytm
 - Måltiden ska intas under lugna förhållanden, vara lustfylld och förknippad med social samvaro
- Specialkost serveras till de barn som behöver av medicinska, etiska eller religiösa skäl.
- Måltiderna ska vara jämt fördelade under dagen som barnen vistas på förskolan och innehålla 65 % av barnets näringsbehov under en dag.
- Barnen får ta ansvar, ta för sig själva och lära sig var maten kommer ifrån, matens plats i kretsloppet och om näringsriktig mat
 - Måltiden ska ge barnen möjlighet att stifta bekantskap med olika sorts livsmedel och maträtter från olika kulturer
- Vi ska arbeta med att minska matsvinnet och påminna barnen om att det som läggs upp på tallriken skall vara en portion som är "lagom"
- Kosten på förskolan är förskolans hjärta och arbetet där ska integreras med det pedagogiska arbetet utifrån våra styrdokument
 - Pedagogerna på förskolan ska vara goda förebilder för vår kostpolicy
 - Enkäter kommer kontinuerligt att göras för att följa upp ovanstående mål

Vi vill erbjuda eget bröd 4 dagar i veckan, olika typer av frukost som barnen känner igen, nymodiga mellanmål och riktig husmanskost blandat med smaker från olika delar av världen.

Ambitionen är att servera en sockersnål kost, en kost med en mindre mängd salt och mättat fett, halvfabrikat och istället erbjuda massor av frukt och grönsaker

Det går att leka med mat i färg och form, gurkpinningar, trekantiga smörgåsar persiljehår till moset.

Det vill vi erbjuda på Korvetten.