

## **Visionen for Mad- og måltidspædagogik – rammer om det gode måltid.**

I område Øst har vi et særligt fokus på mad- og måltidspædagogik og som en del af dagtilbud i Viborg kommune tager vi naturligvis afsæt i Viborg Kommunes rammer for måltidet.

I starten af 2022 kom alle afdelingers personale med deres input til den fælles vision for område Øst. Det viste sig at samlet set så var de væsentlige elementer i personalets input indeholdt i Viborg Kommunes Rammer for måltidet. Derfor var det naturligt at vi bruger denne som vores vision.

### **I dagtilbud i Viborg kommune skaber vi de gode rammer for måltidet ved:**

- et måltid med plads til leg og læring.
  - Det gør vi for at skabe et pædagogisk læringsmiljø med plads til nysgerrighed og nærvær.
- et måltid der styrker selvhjulpethed.
  - Det gør vi for at engagere, madmodige børn der trives og kan selv.
- et måltid, der rummer forbilleder.
  - Det gør vi for at skabe måltidsfællesskaber, der udvikler sociale kompetencer.
- at små børn spiser mange gange i løbet af en dag.
  - For at få dækket deres behov for energi, vitaminer og mineraler.
- et heldagsperspektiv på mad, hvor sammensætningen af det enkelte måltid har stor betydning.
  - Det betyder, at vi varierer de råvarer, vi bruger i henhold til de anbefalinger, der er til de yngste børn. Det er med til at sikre, at børnene får de forskellige næringsstoffer, som de har behov for.

### **Vi følger kost anbefalingerne fra fødevarestyrelsen.**

Vi tilbyder (i de anbefalede mængder):

- Grønsager og frugt
- Fisk, Kød, æg og bælgrugter
- Kartoffler og kornprodukter
- Fedtstoffer og fedtstofprodukter
- Mejeriprodukter og ost

Desuden bruger vi de syv kostråd fra fødevarestyrelsen som rettesnor i vores arbejde med måltidet.

Læs mere her:

[Frokostordning i vuggestuer og børnehaver - Viborg Kommune](#)

(Se bagside)

## Hvad koster det

[Du finder prisen for frokostordning her.](#)

Reglerne for fripladstilskud og søskendetilskud gælder også for det kommunale frokostmåltid.

Prisen er udregnet på baggrund af de faktiske udgifter.

## Hvad tilbyder vi af mad i institutionerne?

Vi følger anbefalingerne fra fødevarestyrelsen.

Vi tilbyder (i de anbefalede mængder):

- Grønsager og frugt
- Fisk, Kød, æg og bælgfrugter
- Kartofler og kornprodukter
- Fedtstoffer og fedtstofprodukter
- Mejeriprodukter og ost

Desuden bruger vi de syv kostråd fra fødevarestyrelsen som rettesnor i vores arbejde med måltidet.

Det betyder, at vi skaber:

1. Måltid, hvor vi spiser planterigt, varieret og ikke for meget.
2. Måltid, hvor vi spiser flere grøntsager og frugter.
3. Måltid, hvor vi spiser mindre kød – og vælger oftere bælgfrugter og fisk.
4. Måltid, hvor vi spiser mere fuldkorn.
5. Måltid, hvor vi oftere spiser planteolier og magre mejeriprodukter.
6. Måltid, hvor vi spiser mindre af det søde, salte og fede.
7. Vi slukker tørsten i vand

Vi skaber de gode rammer ved:

- et måltid med plads til leg og læring.
  - Det gør vi for at skabe et pædagogisk rum med plads til nysgerrighed og nærvær.
- et måltid der styrker selvhjulpethed.
  - Det gør vi for at engagere, madmodige børn der trives og kan selv.
- et måltid, der rummer forbilleder.
  - Det gør vi for at skabe måltidsfællesskaber, der udvikler sociale kompetencer.
- at små børn spiser mange gange i løbet af en dag for at få dækket deres behov for energi, vitaminer og mineraler.
- et heldagsperspektiv på mad, hvor sammensætningen af det enkelte måltid har stor betydning.
  - Det betyder, at vi varierer de råvarer, vi bruger i henhold til de anbefalinger, der er til de yngste børn. Det er med til at sikre, at børnene får de forskellige næringsstoffer, som de har behov for.

**Anbefalinger fra Fødevarestyrelsen**