

## Princip for kost

### Formål

Børnehuset Kastaniehaven vil med sin madpolitik søge at:

- Skabe glade børn der trives
- Modvirke fejlnæring
- Modvirke spiseforstyrrelser, i form af fedme, anoreksi, vitamin- og mineralunderskud
- Modvirke følger af dårlig ernæring på længere sigt. Dette kunne være en øget risiko for hjertekar-sygdomme, kræft, sukkersyge og knogleskørhed

Børnehuset Kastaniehaven følger derfor følgende principper:

1. Det tilstræbes at der serveres sund og ernæringsrigtig mad, såvel til de ordinære måltider som mellemmåltider og til hyggestunder. Eks. På sund mad: brød, frugt, grønsager, fisk, fedt fattigt pålæg m.m.
2. Ved fødselsdage hvor der serveres medbragt kage og slik, sker dette så dette ikke erstatter det egentlige middagsmåltid
3. Børn skal oplyses om varieret og sund mad. F.eks. ved maddage, daglig spisning mv.
4. Det tilstræbes i videst muligt omfang, at institutionen foretager økologiske madindkøb.