

Kostpolitik

Principper for kost, mad og måltider på Valdemarskolen

Børnenes grundlæggende daglige kost er et forældreansvar, og skolens / SFOens tilbud skal ses som et supplement hertil.

Det betyder, at skolen forventer, at eleverne har spist morgenmad, inden de møder i skolen og at de har madpakker med hjemmefra – gerne en lille madpakke til formiddagsfrikvarteret og en større til spisefrikvarteret.

For de børn, der er brugere af morgenSFO, er der mulighed for at få et morgenmåltid.

Gode vaner bliver tillagt tidligt i livet. Det er derfor vigtigt, at forældrene, skolen og SFOen er med til at motivere og stimulere børnene til en sund livsstil.

Skolens og SFOens mål:

- Valdemarskolen ønsker at give eleverne mulighed for at indtage en varieret og ernæringsrigtig kost i skole og SFO-tiden.
- Give eleverne mulighed for at træffe sunde valg på baggrund af viden og indsigt på kostområdet.
- At medvirke til at eleverne på længere sigt får sunde spisevaner.
- Sunde og mætte elever fungerer bedre fysisk, psykisk og socialt.
- Hensigten med den sunde kost er at optimere den enkelte elevs energiniveau og koncentrationsevne.
- Slik, sodavand og tilsvarende usunde mad- og drikkevarer fremmer ikke koncentrationsevnen og frabedes i dagligdagen.
- Eleverne må gerne medbringe noget spiseligt på fødselsdage. Skolen opfordrer til der tænkes sundt.
- Ved arrangementer og bispising på skolen/SFO tænkes i sunde produkter. Dog dispenseres ved festlige lejligheder. Der må gerne være forskel på hverdag og fest

Skolemælk:

Hvis eleverne ønsker at købe mælk, skal de tilmelde sig Mejeriernes Skolemælksordning via www.skolemaelk.dk Så får eleverne mælken leveret på skolen hver dag.