



## Fra jord til bord

I Lønnås barnehage deltar barna i dyrking, høsting og lærer om maten «fra

jord til bord». Vi har en egen kjøkkenhage og dyrker også i potter. I tillegg får barna oppleve at egg klekkes ut og blir til kyllinger og høner. Vi har også årlig noen koppe-lam hos oss, blant annet for å gi barn forståelse for sammenhengene mellom naturen og maten vår.



## Justeringer og videreutvikling

Matgruppen i Lønnås barnehage består av tre dedikerte ansatte som sammen med en representant fra ledelsen jevnlig møtes for å planlegge og justere mattilbudet. Her gjennomgås tilbakemeldinger og evalueringer fra forrige periode, sikres det at maten er ihht råd fra helsedirektoratet, vurderes det om tilbudet bidrar til rammeplanens føringer og barnehagens pedagogiske arbeid, i tillegg til at menyen og innkjøpslister for kommende periode settes opp for å gi barna sunn og variert mat.

# Mattilbudet

i Lønnås barnehage

...så mye mer enn bare maten...

# Måltidet som pedagogisk arena

Vi prioriterer at mest mulig av måltidet, blir gjort sammen med barna, tilpasset barnets alder og modenhet. Måltidene i barnehagen er en viktig læringsarena:

- ⇒ Rundt bordet kan det snakkes det om mat, kosthold og helse og måltidene benyttes til språklig utvikling og nysgjerrighet
- ⇒ Barna lærer å lage og smøre sin egen mat, og får også kjennskap til matematiske sammenhenger gjennom matlaging, blant annet ved bruk av telling, sortering, veiing og måling
- ⇒ Barna deltar i borddekking og opprydding, og lærer om kildesortering
- ⇒ Barna får kjennskap til hvor maten kommer fra
- ⇒ Barna får sosial trening i fellesskapet rundt bordet og måltidet



# Matsserveringen

Barna spiser frokost hjemme, men kan også ta med seg egen frokost til barnehagen og spise her. Det serveres lunsj i barnehagen kl 11.30 fire dager i uka: tre dager med brødmat og en dag varmmat. Til brødmaten tilbys det grovbrød, variert pålegg og grønnsaker (f.eks. agurk, tomat, paprika og gulrot). Noen ganger får barna knekkebrød og noen ganger serveres det havregrøt.

Den femte dagen er avdelingen på tur og har med seg matpakke hjemmefra. Barna spiser også ettermiddagsmat som de har med hjemmefra, i barnehagen rundt kl 14.30. Hver dag inneholder også et lite fruktmåltid som serveres av barnehagen. Det tilbys vann og ekstra lettmelk til måltidene.

Vi er opptatt av at maten skal inneholde matvarer fra alle de tre hovedgruppene:

Gruppe 1: Grovt brød, grove gryn og kornprodukter, havregrøt, poteter, fullkornsris, fullkornspasta og lignende.

Gruppe 2: Grønnsaker, frukt, bær.

Gruppe 3: Belgfrukter (linsjer, bønner og erter), fisk og annen sjømat, ost og andre meieriprodukter, egg og kjøtt.

Har barnet allergier, tilpasses mattilbudet. Foreldre betaler kostpenger på kl 330,- pr. måned.

