

Kostpolitiskt program 2016-2019

Instruktioner och checklista för Pedagogiska måltider i förskola och pedagogisk omsorg

Inledning

Dokumentet "Instruktioner och checklista för Pedagogiska måltider i förskola och pedagogisk omsorg" är en del i Nora kommuns kostpolitiska program. Här ges en kort bakgrund till det kostpolitiska programmet. Mer information om det kostpolitiska programmet, riktlinjer och rutiner finns att läsa på kommunens hemsida för regler, riktlinjer och reglementen; [Kostpolitiskt program - Nora kommun](#)

Syfte och mål med Nora kommuns kostpolitiska program

Nora kommun har beslutat om ett gemensam kostpolitiskt program för verksamheterna (antaget 2016-03-16 av Kf § 15). Syftet är att skapa ett gemensamt förhållningssätt till mat, måltider och måltidsmiljöer som främjar en hållbar utveckling. Utgångspunkten för det kostpolitiska programmet är att måltiderna är en viktig del av verksamheten där mat och måltider har betydelse för hälsan, men också skapar förutsättningar för trivsel och lärande. Genom att se på måltiderna som en viktig resurs och integrera dem i verksamheterna skapas mervärden.

Bakgrund - en god och jämlik hälsa

Hälsan är generellt sett god bland barn och unga i Sverige. Den är dock inte jämt fördelad i befolkningen och ojämlikheten i hälsa ökar. Som personal inom förskola och pedagogisk omsorg gäller det att vara uppmärksam på att barn växer upp med olika förutsättningar. Barnomsorgen ska vara en hälsofrämjande miljö som stödjer hälsosamma matvanor, så att skillnaderna i hälsa mellan barn och unga inte ökar.

Om hälsa i läroplanen för förskolan

Förskolan har enligt läroplanen uppdraget att lägga en grund för barnens livslånga lärande. Mätta barn som får bra mat regelbundet lär sig lättare. Den som är hungrig har svårt att koncentrera sig. Bra matvanor och daglig fysisk aktivitet bevarar och främjar god hälsa. Läroplanen för förskolan säger att förskolan ska sträva efter att varje barn utvecklar sin motorik, koordinationsförmåga och kroppsuppfattning, samt får förståelse för vikten av att värna om sin hälsa och sitt välbefinnande.

Att integrera måltiden i den pedagogiska verksamheten bör ses som en möjlighet och vara en viktig del av dagen på förskolan. Måltider i förskolan ger unika möjligheter att lägga grunden för bra matvanor. Att lära sig hälsosamma matvanor redan i förskolan har betydelse för resten av livet (Livsmedelsverket 2015). Att mat är avgörande för barns hälsa, utveckling och välbefinnande belyses också i FN:s barnkonvention (artikeln 24, 2c och e).

Pedagogiska måltider i förskola och pedagogisk omsorg

Instruktioner

Den pedagogiska måltiden ingår i personales arbetstid. All personal (inklusive praktikanter) på förskola och pedagogisk omsorg förväntas äta pedagogisk måltid tillsammans med barnen så att det pedagogiska syftet uppnås.

Specialkost

Riktlinjer och rutiner för beställning av specialkost finns på kommunens hemsida: [Riktlinjer specialkost, barnomsorg/skola - Nora kommun](#)

För personal finns ingen självklar rätt till specialkost. Dock finns möjlighet att beställa specialkost om den finns i verksamhetens ordinarie utbud till barnen. Detta avgörs då av rektor på varje skola. Ingen anpassning görs till olika dieter.

Checklista för den pedagogiska måltiden

I arbetsuppgiften att äta pedagogisk lunch ingår att:

- berätta för barnen vad som serveras till lunch
- uppmana barnen att tvätta händerna före måltiden
- äta tillsammans med barnen av den mat som serveras
- samtala och bygga relationer med barnen
- bidra till en lugn och trivsamt måltidssituation
- ansvara för att hålla ordning
- förmedla en positiv attityd kring måltiden och maten
- vara en god förebild genom att äta en balanserad måltid
- uppmuntra barnen att ta av alla måltidskomponenter
- uppmuntra barnen att smaka nya maträtter och livsmedel
- ansvara för att barn med specialkost får rätt kost.

”Kan vi väcka barns nyfikenhet och lust att smaka har vi kommit långt och vunnit mycket glädje inför maten och framtida måltider.”

Citat av Nils Andersson, barn och