

## MÅLTIDENE I EIKELIA BARNEHAGE

Måltidene i Eikelia barnehage handler om mer enn bare å spise. De er en arena for fellesskap, samspill, læring og mestring og skal være preget av gode opplevelser og samtaler. Her kan vi jobbe med rammeplanen i form av å snakke om f.eks. hvor mange gulrotstaver det blir til hver eller hvorfor kroppen trenger mat, eller bare hva de gjorde i helgen. Det betyr at vi må beregne god tid til måltider og tilstedeværende voksne som spiser sammen med barna. De voksne skal møte godt forberedt til et måltid, slik at det er ro rundt bordet og barna får være med å hjelpe til med forberedelsene.

### Mattilbudet i Eikelia barnehage

Mattilbudet i Eikelia barnehage er utarbeidet i samarbeidet med foreldrerådet. Vi hadde en omfattende undersøkelse høsten 2021 og på bakgrunn av foreldrenes og personalets ønsker utarbeidet vi følgende tilbud:

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
1.måltid Catering	1.måltid Smøremat	1.måltid Smøremat	1.måltid Matpakke	1.måltid Matpakke
2.måltid Brød/Knekkebrød	2.måltid Brød/Knekkebrød	2.måltid Brød/Knekkebrød	2.måltid Matpakke	2.måltid Matpakke
Annet: Frukt og Melk	Annet: Frukt og Melk	Annet: Frukt og Melk	Annet: Frukt og Melk	Annet: Frukt og Melk

- Barnehagen er dessverre ikke godkjent for å lage varm mat til barna på grunn av kjøkkenets utforming.
- I hele juli og august er det matpakker.
- De som ønsker kan ha yoghurt, smoothie, frukt osv. med som supplering til matboks og den maten vi serverer.
- Barnehagen har mikroovn om det er noen som ønsker å ha med mat som må varmes.
- Pengene dekker også mat til noen tradisjoner og fester.

Dette er et variert og godt tilbud til en prislapp på 340 kr pr. barn. Denne ordningen gir også rom for at barnehagen i ganske stor grad får pedagogisk fleksibilitet. Den gir rom for at man kan gå på tur med en liten gruppe flere ganger i uken og på den måten får man bedre bruk av rommene inne. Færre barn på tur og færre barn inne i lokalet gir ofte mer voksentetthet og bedre kvalitet. Matpakker og smøremat kan tas med ut på tur.

Mattilbudet vårt inneholder muligheten til å smake på mat man kanskje ikke ellers ville ha smakt på. Om vi ser at barnet deres likte maten de fikk har vi en dialog med dere på det, da mange foreldre ønsker tips til å utvide repertoaret hjemme også. I form av smørematen vil barna få medvirke til hva de vil ha på brødsken blant et lite utvalg pålegg. Og for noen barn er matpakken ukens høydepunkt, for der er det mye spennende og godt! Noen er glad i varm mat og noen i brød – her er det noe for alle. Vi har fokus på matsvinn og alt som ikke blir spist i matboksen blir sendt med hjem igjen slik at dere kan se hvor mye barnet deres har spist og dere kan beregne mengden ut ifra det. Frukten er det dere foreldre som har med, så jo mer kreative dere er, jo mer får barna smake på. Her får barna være med å tilberede.

### Pedagogisk forankring

I Eikelia barnehagen er pedagogikken i fokus. Alt vi velger å gjøre eller ikke gjøre med barna skal være forankret i faget vårt og i lovverk. Vi skal blant annet forholde oss til Barnehageloven, Grunnloven og FNs barnekonvensjon, i tillegg til Rammeplan for barnehager. Alle disse sier noe om at barnehagen

skal ivareta barnas rett til medvirkning (barnehageloven § 1 og § 3, Grunnloven § 104 og FNs barnekonvensjon art. 12 nr. 1).

Barnehagen er en pedagogisk institusjon som utgjør starten på barns utdanningsløp. Rammeplanen sier mye om hvordan barnehagen skal forholde seg til de ulike aspektene ved dette. «*Vaner og handlingsmønstre tar form allerede fra tidlig alder. Gode vaner som tilegnes i barnehagealder, kan vare livet ut. Barnehagen skal legge til rette for at alle barn kan oppleve bevegelsesglede, matglede og matkultur, mentalt og sosialt velvære og fysisk og psykisk helse.*

*Gjennom medvirkning i mat- og måltidsaktiviteter skal barna motiveres til å spise sunn mat og få grunnleggende forståelse for hvordan sunn mat kan bidra til god helse.*

*Gjennom arbeid med kropp, bevegelse, mat og helse skal barnehagen bidra til at barna:*

- *får innsikt i matens opprinnelse, produksjon av matvarer og veien fra mat til måltid.*

*Personalet skal:*

- *legge til rette for at måltider og matlaging bidrar til måltidsglede, deltakelse, samtaler og fellesskapsfølelse hos barna*
- *kjenne og praktisere nasjonale føringer for helsefremmende og forebyggende tiltak som gjelder barn.» (Rammeplan for barnehager s. 49 og 50).*

Rammeplanen sier også at barna skal få naturopplevelser og bli kjent med naturens mangfold. Barnehagen skal bidra til at barna opplever tilhørighet til naturen og de skal lære å ta vare på den, på seg selv og hverandre. Bærekraftig utvikling omfatter altså både natur, økonomi og sosiale forhold og er en forutsetning for å ta vare på livet på jorden slik vi kjenner det. Det betyr at vi velger kortreist mat når vi handler på Oda og at vi sørger for å minimere matsvinn og ikke minst kildesortere. Vi sår poteter og gulrøtter slik at vi kan se hvordan de vokser og lager mat som er egenprodusert på høsten slik at barna kan se hvordan maten blir til. Foreldre bidrar ofte med epler på høsten slik at vi kan lage eplekake eller pai fra barnas hage.

Rammeplanen sier videre at barnehagen skal ha en helsefremmende og forebyggende funksjon og bidra til å utjevne sosiale forskjeller. For oss handler sosial utjevning om at barn skal få samme muligheter og et like godt utgangspunkt i barnehagen, og vi streber derfor etter å legge til rette for gode opplevelser og aktiviteter i barnehagen som ikke fordrer at foresatte må bruke penger utover den månedlige barnehageavgiften. Vi skal samtidig formidle et verdigrunnlag som også lærer barna at alle er like mye verdt uavhengig av sosiale forskjeller.

Med bakgrunn i rammeplanen og [helsedirektorates anbefalinger for mat i barnehagen](#) har barnehagen en årlig evaluering av våre rutiner for matsservering, både den daglige og ved tradisjonsdager og feiringer. Foreldre kan komme med innspill til FAU, som blir tatt med i evalueringen før et nytt år starter opp.

## **Matglede**

Det er viktig for oss at barna opplever matglede. Det innebærer at de får skaffe seg førstehåndserfaring med ulike smaker, lukter og konsistenser. Barna må kunne ta/føle, lukte og smake på. Baking til jul er et eksempel på en slik erfaring. Hvordan lukter jul? Derfor har vi noen tradisjoner i løpet av året der matlaging er en del av det pedagogiske opplegget. (Se oversikt under).

## Tradisjoner og feiringer i Eikelia barnehage

<b>Barnas bursdager</b>	I forkant av bursdagen lager avdelingen krone sammen med barnet. Barnet får medvirke til hvordan bord skal pyntes, evt. andre hyggelig ting som skal skje på bursdagen. På selve dagen får barnet ekstra oppmerksomhet med flagg og bilde på plassen sin. Barnet er «hjelper» og har stor medvirkning på egen dag. Barnets medvirkning varierer etter modning og alder. Har barnet søsken i barnehagen blir søsken invitert inn til måltid. Ved måltidet serveres det en liten saftis (isen har 11g sukker som er innenfor anbefalingen til helsedirektoratet). Bursdagsbarnet deler ut isen, og hen har dermed en stor opplevelse av å få dele noe med venner. I 2. etasje er det mange barn pr. avdeling, så her har vi valgt å begrense det noe ved å ha en felles bursdagsamling for alle månedens bursdagsbarn den siste fredagen i måneden. Familiene har ikke anledning til å ta med eget bursdagsgodt i form av kake e.l. Dette er besluttet i samråd med foreldrene (FAU og SU). Kakerester og andre søtsaker (uavhengig av bursdager) tas ikke imot i barnehagen. Det er en veldig god tanke at mange ønsker å gjøre noe hyggelig for barnehagen, men vi ønsker at det begrenses til f.eks. FAU da det ellers kan bli veldig mye godt for barna. FAU kan heller gå sammen og bidra til en is til barna på sommerfesten e.l. Vi begrenser feiringen med is til aldersgruppen dersom det er en stor avdeling/slår sammen bursdager som kommer tett.
<b>Høstutstilling</b>	Serverer grove vafler til barn og foreldre.
<b>Innhøsting</b>	Vi planlegger etableringen av egen kjøkkenhage og ønsker å få til innhøsting av egne grønnsaker, slik at barna får smake.
<b>Halloween</b>	«Skumle» sanseopplevelser. Skummel mat? Ikke noe godteri.
<b>Desember</b>	Vi etterstreber å bake pepperkaker og lussekatter. Vi begrenser smakingen til bakedagen og Lucia – feiringen.
<b>Barnas julebord</b>	Dette er en hyggelig tradisjon hvor barna kommer litt pyntet. Det serveres tradisjonell julemat som f.eks. kjøttkaker og julepølse med poteter og grønnsaker. Til drikke serverer vi vann/melk. Det er ikke dessert til middagen.
<b>Nissefest</b>	Nissefest er en veldig spennende dag i Eikelia barnehage. Alle barn og voksne har på seg noe «nissete». Det er fellessamlinger, gang rundt juletre, leker o.l. Hvis nissen har tid, kommer han med en pose til hver av barna. Posen inneholder: klementin, rosiner og et utvalg blant kjeks av havre eller fullkorn/sjokoladenisse/tørket frukt. Til måltid serveres risengrynsgrot med sukker og kanel. Det serveres rød saft til grøten.
<b>Karneval</b>	Rundt fastelavn har vi karneval i Eikelia barnehage. Denne festen kalles ofte noen annet som for eksempel fargefest, kardemommeby-fest alt etter hva tema for karneval blir. Vi ønsker å jobbe med et tema for festen slik at det blir noe mer enn «bare» en fest. Vi har tradisjon for at bjørnebarna har bod for matservering. For å få servert må barna betale med en bong som fungerer som penger. Dette er veldig stas både for de som selger og de som kjøper. Her har det ofte blitt servert pølser, men det kan også serveres andre matretter som for eksempel pizzasnurrer e.l. Det serveres ikke dessert og det drikkes vann/melk til maten.
<b>Gul fest</b>	I forbindelse med påske har vi gul fest. Vi har fellessamling og eggejakt. Til ettermiddagsmåltidet serverer vi frukt og grønnsaker som er gule. Vi spiser også eggene vi har funnet i eggejakten. Påskeharen har vært på hver avdeling og lagt igjen et egg med tørket frukt.
<b>Stolthetsuken</b>	Stolthetsuken ender med en pridefest. Til denne festen er det ikke servering.
<b>Aktivitetsdag i forb. Med 17.mai</b>	På denne dagen har vi aktiviteter som barna kan kjenne igjen på skolens 17. mai feiringer typ sekkeløp, eggeløp, kaste ball på bokser o.l. Som premie får barna en liten saftis hver.
<b>Foreldrekafe</b>	Som hovedregel serveres Eikelias grove vafler på slike arrangement. Barnehagen kan i noen tilfeller be foreldre bistå med vaffelrøre/steking.
<b>Sommerfest</b>	Familiene har selv med den maten de vil spise.