

# Voedingsbeleid Kindcentrum De Klimboom





## Voedingsbeleid Kindcentrum De Klimboom:

### Introductie

Op het moment dat de kinderen naar school gaan wordt de opvoedende taak van de ouders mede door de school ingevuld. De school neemt daarbij echter de verantwoordelijkheid van de ouders niet over. We vinden het wel belangrijk om elkaar te ondersteunen en samen te werken. Daarom moeten we er samen voor zorgen dat kinderen gezond eten op school, om zo bij te dragen aan een goede ontwikkeling van de kinderen. Samen met ouders zorgen we voor gezond eten en drinken tijdens de ochtendpauze en de lunch. Trakteren doen we zo gezond mogelijk. Er is ruimte om individuele afspraken te maken indien nodig.

### Eten in de ochtendpauze

Elke ochtend krijgen alle kinderen de gelegenheid om iets te drinken en te eten. Uiteraard proberen wij in school zoveel mogelijk te stimuleren dat dit gezonde tussendoortjes zijn. We gaan ervan uit dat ouders heel verantwoord om kunnen gaan met het verzorgen van een gezond tussendoortje. Desondanks toch het verzoek aan ouders om alle dagen fruit of rauwkost mee te geven.

Dit alles het liefst in een trommeltje en beker die ook weer mee terug gaan. Hoe minder afval hoe beter! Ook dat is in een 'gezonde wereld' belangrijk!

### Drinken

We willen graag dat kinderen tijdens de ochtendpauze en de lunch dranken zonder toegevoegde suikers drinken. We vragen ouders geen dranken mee te geven die erg veel suiker bevatten.

#### Geschikt voor drinken vinden wij bijvoorbeeld:

- Kraanwater.
- Thee zonder suiker.
- Halfvolle melk, karnemelk of yoghurt drank zonder toegevoegde suikers.

### Eten tijdens de lunch

De kinderen eten dagelijks een gezonde lunch. We vragen ouders om geen koek, snoep of chips in de broodtrommel te doen.

### Traktaties

Hierbij hebben we het liefste een kleine en gezonde traktatie. Wilt u daarom de traktatie feestelijk maar bescheiden houden (en ook hierbij liever geen snoep). Een extraatje voor de leerkrachten is daarbij niet nodig; zij vinden het prettiger om 'gewoon' en 'klein' mee te delen. Op internet zijn op tal van websites voorbeelden te vinden van gezonde en leuke traktaties. Zie bijvoorbeeld: [www.gezondtrakteren.nl](http://www.gezondtrakteren.nl)

