

Måltid i Barnas Kulturhage.

Barnehagen er en pedagogisk arena også når det gjelder mat. Vi ønsker å lage en koselig ramme rundt måltidet i barnehagen, der en kan få kjenne på fellesskapet og legge til rette for gode samtaler.

Vi vektlegger et sunt og variert kosthold der barna skal få valgmuligheter og kjennskap til forskjellige matvarer og retter. Hver uke har vi varm mat og baker eget brød minst en gang i uken. Vi bruker mye frukt og grønnsaker og tilbereder maten slik at den ser god ut og gjør godt for små mager.

Erfaringsmessig ser vi at når vi omtaler mat positivt, lar barna få være med å se / delta i tilbereding av måltid og når vi lager middag så åpner det opp for at barna lettere smaker på ny mat.

