



Sockerpolicy Solstrålens förskola

Solstrålens förskola drivs i enhet som ett föräldrakooperativ och ekonomisk förening. Hos oss har föräldrar/vårdnadshavare möjlighet att i större utsträckning få vara med och påverka. Utifrån en socker- enkät har föräldrar haft tillfälle att tycka till om, vilket förhållningssätt vi skall inneha gentemot sockret. Utifrån resultaten nedan har skriven policy framkommit.

Vi vill värna om barnens hälsa och arbetar aktivt för att minska intaget av socker. Många barn äter huvuddelen av sina måltider hos oss och därför är det viktigt att vi medverkar till att ge dem goda matvanor. Att förbjuda är inte vår avsikt. Men vårt förhållningssätt är att erbjuda så litet socker som möjligt.

Syfte:

Att minimera det onödiga sockerintaget för våra barn.

Skapa goda grundläggande vanor.

- Mjök och vatten är de drycker vi serverar. Sötade drycker serveras undantagsvis. Till exempel varm dryck vid någon utflykt vintertid.
- Små mängder sylt eller mos kan serveras som tillbehör på gröt.
- Ketchup, lingonsylt, äppelmos och gelé kan serveras i små mängder vid måltider där det av tradition används.
- Naturell fil eller yoghurt serveras vid frukost och mellanmål.
- Vid enstaka tillfällen kan det förekomma att kanelbullar eller något annat traditionsbundet, till exempel lussebullar serveras.
- När pedagogerna vill baka med barnen bör det i första hand vara matbröd.