

## Principper for mad og måltider

Formålet med principperne for mad og måltider på Grønnemose Skole er, at fremme elevernes generelle sundhed, herunder at styrke deres koncentrations- og indlæringssevne. Principperne medvirker til at fremme elevernes lyst og evne til at tage ansvar for egne kostvaner.

Elevernes daglige kost er overvejende et forældreansvar. Skolens tilbud skal ses som et supplement hertil. Principperne for mad og måltider tager udgangspunkt i, at eleverne har fået morgenmad inden de møder i skole, samt at de enten har madpakke med eller – for elever i mellem- og udskoling - penge til at købe mad i kantinen. Principperne for mad og måltider er desuden funderede i Gladsaxe Kommunes ”Politik for mad, måltider og bevægelse”.

Skolens kantine og evt. andre kosttilbud giver elever, der ønsker det, en let tilgængelig mulighed for at købe sund mad, der understøtter og optimerer elevernes energiniveau og koncentrationsevne, samt motiverer eleverne til at spise på skolen.

Grønnemose Skole har en synlig og klar holdning til kostens betydning for børns indlærings. Denne holdning kommunikerer og diskuteres jævnligt blandt elever, forældre, personale og eventuelt eksterne parter. Alle parter er medansvarlige for elevernes sundhed.

Skolens fysiske og sociale rammer inviterer til, at eleverne spiser deres mad, samt at de oplever spisepauserne som et naturligt og værdifuldt samlingspunkt, hvor der er tilstrækkelig tid til at spise.

Skolen sikrer, at kvaliteten af den mad, der tilbydes på skolen, er varieret og har et højt kvalitetsniveau. Maden tager hensyn til elevernes forskelligartede kostvaner. Skolen sikrer desuden, at maden er sund og nærende, hvilket blandt andet indebærer, at maden på skolen medvirker til at opfylde elevernes daglige behov for proteiner, kulhydrater, fedt, vitaminer og mineraler.

Maden på Grønnemose Skole medvirker til at eleverne reducerer deres forbrug af sukker og fedt. Dette indebærer blandt andet, at der i dagligdagen ikke bliver serveret slik, kager og sodavand, samt at såvel personale som forældre medvirker til at minimere forbruget af disse, når de ved særlige lejligheder serveres. Skolen arbejder løbende på at udvikle en kultur, der understøtter dette.

På Grønnemose Skole inddrages læring om kost og sundhed i undervisningen.