



# Her får dit barn måltider med flere bælgfrugter

1

## DET DÆKKER BØRNENES BEHOV FOR PROTEIN

Vi bruger mange bælgfrugter i maden, som også er en god kilde til protein. Du behøver derfor ikke at være bekymret for, at dit barn ikke får dækket sit behov for protein, selvom vi serverer mad med mindre kød.

2

## DET GIVER VARIATION I MÅLTIDERNE

Vi spiller en vigtig rolle i forhold til at hjælpe børnene med at udvikle deres madvaner. Mad med mindre kød og flere bælgfrugter hjælper køkkenet med at skabe variation i den mad, der bliver serveret og i de råvarer, der bliver brugt.

3

## DET TAGER HENSYN TIL KLIMAET

Vi har fokus på grøntsager og bælgfrugter. De er blandt de fødevarer, der har det laveste klimaaftryk. Ved at mindske mængden af kød i måltiderne bliver der plads til flere grøntsager og bælgfrugter.

