Miljø- og Fødevareministeriet
Fødevarestyrelsen

August 2022

Madaktiviteter med børn i daginstitutionen – mulighederne er mange

Lad børnene være med!

Det er oplagt at lave pædagogiske aktiviteter med mad og måltider. Det er med til at udvikle børnenes praktiske kompetencer, kritiske bevidsthed og selvstændighed samt skabe mere madglæde. I kan derfor med fordel invitere børnene med til at:

- Planlægge maden og måltidet.
- Tage på indkøbstur.
- Finde råvarer i naturen fx i skoven, ved vandet eller i haven.
- Lege med råvarer fx sæsonens frugt og grønt.
- Lave mad i køkkenet, på stuen eller over bål.
- Anrette, servere og præsentere mad.

Når børn deltager i pædagogiske aktiviteter med mad, skal I samtidig sikre jer, at det foregår på en ordentlig måde, så der er styr på hygiejnen.

„Jeg spejler mig i dig, når vi spiser sammen

„Jeg vil gerne smage og kan li' mange ting

Find Fødevarestyrelsens 'Kostråd til Måltider' og anbefalinger til 'Rammer om det gode måltid' til daginstitutioner på www.altomkost.dk

1 Godt i gang med madaktiviteter

Når I skal i gang med pædagogiske aktiviteter med børn og mad, er det vigtigt at:

- Sikre at både børn og voksne har en god personlig hygiejne (se afsnit 2).
- Overveje hvor mange børn/hvilken børnegruppe, der kan indgå i aktiviteten.
- Overveje hvor mange voksne, der er nødvendige.
- Planlægge processen, inden børnene inddrages.

I kan med fordel lave nogle fælles aftaler og rutiner, der altid gælder hos jer, når I laver pædagogiske aktiviteter med mad. Skriv dem gerne ned og gør dem synlige for alle medarbejdere. Det gør det nemt og overskueligt at gå i gang.

Overvejelser omkring placering af aktiviteten:

Køkken, stue eller andre velegnede rum:

Er der tilstrækkelig fri bordplads,så I kan holde tilberedt mad adskilt fra råvarer, og beskidt service kan placeres på afstand? Er det hensigtsmæssigt indrettet til børn?

Udendørs:

Hvis I laver mad over bål, så vær opmærksom på at bruge forskellige redskaber til rå og færdigtilberedt mad samt rene pinde til snobrød.
Det kan være en god idé at medbringe håndsprit eller en dunk med vand og sæbe til håndvask.
Medbring rene beholdere/poser til indsamling, når I er i naturen.

Daginstitution med madordning

Har jeres institution en madordning, skal køkkenet være registreret som fødevarevirksomhed hos Fødevarestyrelsen og er underlagt kravene i fødevarelovgivningen. I kan finde guides til indretning og drift af køkkenet, bl.a. hjælp til udvikling af egenkontrol, sikring af sporbarhed osv. på Fødevarestyrelsens hjemmeside, fvst.dk. På hjemmesiden kan I også finde den gældende hygiejnelovgivning samt tilhørende vejledning og på siden om hygiejneregler.

Daginstitution uden madordning

Hvis børnene i jeres daginstitution har madpakker med til måltiderne, og I derfor ikke har en egentlig madordning, skal jeres køkken ikke være registreret hos Fødevarestyrelsen. I kan have begrænset behandling af fødevarer i institutionen. Det betyder, at I fx dagligt kan servere morgenmad, visse mellemmåltider, bage brød og kage, så længe det ikke erstatter en egentlig madordning. Selv om jeres køkken ikke er registreret som fødevarevirksomhed, er I stadig ansvarlige for, at fødevaresikkerheden er i orden. I kan læse mere om fødevarevirksomhed på Fødevarestyrelsens hjemmeside.

2 God hygiejne er vigtig – både hos børn og voksne

Som en del af de pædagogiske aktiviteter med mad er det vigtigt, at I lærer børnene - og løbende minder dem om - de helt basale hygiejneregler:

- Vask grundigt hænder med vand og sæbe før og efter at I arbejder med råvarerne, ved skift mellem råvarer og altid efter toiletbesøg.
- Hold fingrene ude af mund, næse og hår.
- Hold råvarer adskilt både fra hinanden og fra færdigvarer fx råt kød og rå æg fra grøntsager og færdigtilberedt mad, hvad enten den færdigtilberedte mad er varmebehandlet eller ej.
- Smag ikke på fx råt kød, kødfars, dej med rå æg mv. Overvej om børnene er store nok til at håndtere rå æg og kød.
- Ryd op og vask borde af, inden I går i gang.
- Børn og personale, som kan smitte gennem maden, fx fordi de er syge med diarre eller har inficerede sår kan ikke deltage i madlavningen.

Som voksne skal I også være opmærksomme på:

- Temperatur i køleskab på max. 5 °C .
- Temperatur i fryser på min. -18 °C.
- Tilbered og opvarm mad til min. 75 °C. Brug gerne et termometer.
- Maden bør nedkøles fra 65 til 10 °C på max. 4 timer. Brug gerne et termometer.
- Hvis der er behov for at desinficere service, kan det gøres i en opvaskemaskine med en skylletemperatur på min. 80 °C. Alternativt skolde med kogende vand.
- Frosne hindbær skal koges inden brug.
- Brug gerne rester, hvis de ikke har været på bordet og desuden er nedkølet og opbevaret hensigtsmæssigt. Hvis maden skal genopvarmes, skal den varmes op til mindst 75 °C.

” Jeg lærer, når jeg leger med maden

” Jeg kan godt smøre min egen mad – og jeg vil gerne

3 Redskaber og udstyr

Det er vigtigt at huske:

- Sæbe og papirhåndklæder ved håndvasken.
- Indret så børnene kan stå/sidde ved en tilpas bordhøjde.
- Hav ordentlige og tilstrækkeligt med redskaber dvs.:
  - o gode, skarpe børnevenlige urteknive, skrælleknive, æggedelere, citruspressere, rivejern.
  - o forskellige skærebrætter til henholdsvis råt, kød, rå grøntsager og spiseklare fødevarer.
  - o skåle og grydeskeer i en størrelse som børn selv kan håndtere.
- Rene klude og viskestykker.
- Forklæder eller t-shirts til de børn som laver mad, så det er tydeligt for alle, hvilke børn der er med i madlavningen.

Sørg for at alt er rent og klar inden I går i gang.

4 Forslag til konkrete madaktiviteter

Lad børnene være med til madaktiviteter,, som både er sjove og udfordrer dem. Det kan for eksempel være at:

- Skylle og skrubbe grønsager og frugt.
- Plukke og skylle krydderurter.
- Samle frugt og bær.
- Dufte og smage på råvarerne undervejs (ikke råt kød, kødfars og dej med rå æg).
- Skrælle rodfrugter og anden frugt og grønt.
- Skære, snitte, presse eller rive fx frugt og grønt.
- Måle af og hælde i.
- Blande/røre/ælte ingredienser sammen til fx en dej, en tærte, fars eller lign.
- Trille og forme brød og boller.
- Smage til (ikke rå fars).
- Anrette mad.

Nærvær, leg og læring omkring mad

Når I arbejder pædagogisk med mad og børn, så brug tid på at tale med børnene om:

- hvor de forskellige madvarer kommer fra.
- sæson (forår, sommer, efterår og vinter).
- madens tekstur (blødt, cremet, sprødt, hårdt, knasende.
- madens farver.
- madens smag (surt, sødt, salt, bittert og umami).

Det vigtigste er, at det bliver en god oplevelse for både store og små, så I får lyst til og mod på at gøre det igen.