

## Voedingsbeleid Kinderdagverblijf “Nei ‘t Sin”



Nei ‘t Sin  
Kinderopvang

### **Beste ouder(s)/verzorger(s).**

Wij hebben ons de laatste maanden erg bezig gehouden met de voeding. In overleg met de ouderraad is besloten om hier bewust en actief mee om te gaan. Samen met een diëtiste is er gekeken naar het aanbod dat al aanwezig was en wat er verandert moest worden. Onderstaand kunt u lezen wat er per januari 2014 aan de kinderen aangeboden wordt:

### **Het ontbijt:**

- Brood met
  - o Pindakaas
  - o Appelstroop
- Thee met water of sap

### **Het fruit moment:**

- Bakje fruit
- 1 á 2 bekertjes sap

### **De lunch:**

- 1<sup>e</sup> broodje “gezond” met
  - o Appelstroop
  - o Ham
  - o Kipfilet
  - o Jam
- 2<sup>e</sup> en eventuele 3<sup>e</sup> broodje met
  - o Pindakaas
  - o Vruchtenhagel
  - o Gestampte muisjes
  - o Anijshagel
  - o Honing
  - o Stroop
- Rijstwafel of beschuit
- 1<sup>e</sup> beker melk of karnemelk met een drupje ranja en de 2<sup>e</sup> beker met sap

Flexibele kinderdagverblijf “Nei ‘t Sin”  
Rinia van Nautaweg 51 9061 AC Gytsjerk  
t: 06-51350306 @: [info@neitsin.nl](mailto:info@neitsin.nl)  
[www.neitsin.nl](http://www.neitsin.nl)

### **Het cracker moment:**

- Hier wordt één van de volgende dingen aangeboden:
  - o 1 soepstengel
  - o +/- 10 rozijntjes
  - o 1 cracotte
  - o 1 rijstwafel
- Dit wordt genuttigd met 1 á 2 bekerv sap.

### **Het ontbijt:**

Tijdens het ontbijt is er voor gekozen om smeerbare producten te gebruiken. Dit aangezien de kinderen tussendoor eten en niet met de gehele groep.

---

### **Fruit eten:**

Voorheen kregen we na het fruit moment altijd een volkoren biscuittje. In overleg met de diëtiste is besloten deze weg te laten, aangezien de kinderen al genoeg calorieën binnen krijgen van het fruit en het sap.

---

### **De lunch:**

We hebben goed gekeken naar alle soorten beleg. Dat wil zeggen, dat we hartig en zoet goed hebben overwogen. We hebben dan ook besloten om smeerkaas en pasta geheel te schrappen en hier "gezonde en bewustere" keuzes neer te zetten. Elke boterham heeft een ander soort beleg om de smaakontwikkeling te stimuleren.

---

### **Crackermoment:**

Aten we hier voorheen nog 2 crackers/rijstwafels/ soepstengels met beleg, nu is hier gekozen voor 1 cracker/rijstwafel etc(zie boven). Ook hier heeft de diëtiste ons geadviseerd om de calorieën te beperken.

---

De baby's zullen de bovenstaande tijden niet volgen. Zij hebben ieder hun eigen ritme. Wanneer er begonnen wordt met vast voedsel zal dit zijn:

- Fruithap (Iedere dag vers gemaakt op het kinderdagverblijf. Het zal dezelfde dag genuttigd worden en indien het niet opgegeten wordt zal het worden weggegooid)
- Liga, speciaal voor allerkleinsten hebben we liga. Ook hier wordt bewust mee omgegaan, een ½ i.p.v. een hele en de liga wordt niet door de fruithap gebruikt.
- Brood, eerst zonder beleg of eventueel met een beetje boter. Later zullen we hier stap voor stap verschillende soorten, en dus smaken, aan toe voegen.

- Diksap, de baby's zullen hoogstwaarschijnlijk eerst beginnen met water. Later kan aan dit water een klein drupje diksap worden toegevoegd.

Bovenstaand zal bij elk kind anders zijn en gaan. Alles gaat in overleg met de wensen van de ouder(s)/verzorger(s).

### **Traktatiebeleid:**

Via dit voedingsbeleid willen wij u ook laten kennis nemen van ons traktatiebeleid.

Wanneer uw kind jarig is, is dat natuurlijk een feest! Dit moet gevierd worden door middel van een traktatie. Wij hebben aandacht voor dit feest en nemen hier dan ook de tijd voor.

### **Cadeautjes:**

We willen u via deze weg vragen om een traktatie aan uw kind mee te geven die genuttigd kan worden op de groep, en dus geen cadeautjes meer mee te geven. We zouden niet willen dat ouders zich verplicht voelen om cadeautjes te geven.

### **De grootte:**

We hebben besloten, na overleg met de diëtiste, dat de traktatie groot genoeg is wanneer het in het vuistje/handje van de kinderen past.

### **Gezond:**

Ook willen we u via deze adviseren om "gezond" te trakteren. Denkt u bijvoorbeeld aan een leuk opgemaakte fruitschaal of een fruitspies.

Kijkt u bijvoorbeeld eens op:

- [gezondtrakteren.nl](http://gezondtrakteren.nl)
- [gezonde-traktatie.nl](http://gezonde-traktatie.nl)