

Kostpolitik for Bregninge-Bjergsted Friskole og FRI

Kosten er en vigtig forudsætning for, at eleverne har energi og overskud til at gennemføre en lang og krævende arbejdsdag i skole og FRI. I børnehaven er der lagt et grundlag for en sund og sukkerfri kost, og vi har i bestyrelsen et stort ønske om, at dette fortsætter op gennem barnets skolegang. Derfor gælder det:

Drikkevarer:

Energidrikke, koffeindrikke, sodavand, juice, iste, dansk vand med smag og lignende sukkerholdige eller kunstigt sødende drikke må **ikke** medbringes på skolen og i FRI. Der henstilles til, at eleverne heller ikke har saftvand med, men i stedet slukker tørsten med vand eller mælk.

Snacks:

Slik, chokolade, chips og popcorn må **ikke** medbringes på skolen og i FRI. Der henstilles til at eleverne i stedet medbringer frugt og grønt til den lille sult.

Madpakken:

Personalet har et stort ønske om, at madpakken baseres på en grov og sund kost, så der er energi til hele skoledagen. Det kunne f.eks. være:

GROFT BRØD - PÅLÆG - GRØNT - FISK - FRUGT (Fødevarestyrelsen)



Fødselsdage:

Elever og ansattes fødselsdage kan fejres med enten en **leg** eller uddeling af en **flødebolle** eller serveringsklar **frugt**.

Hvis en klasse får lov at have en skolebod, skal kostpolitikken overholdes

Tyggegummi er **ikke tilladt på matriklen, hverken ude eller inde.**

Belønninger/ præmier:

Personalet giver ikke spiselige belønninger/præmier. I stedet fejrer og belønner vi hinanden med sjove aktiviteter, spil, legetime, tur, bolde til klassen o.lign.

Forældre og besøgende skal **ikke medbringe noget spiseligt til klassen/ FRI bortset fra til barnets fødselsdag, medmindre det er aftalt med skolen eller FRI.**

Personalet i skole og FRI kan afvige fra kostpolitikken ud fra nedenstående retningslinjer:

- Når skole og FRI serverer noget for eleverne, der afviger fra kostpolitikken, gives der som udgangspunkt en mængde, der ikke overstiger barnets håndfuld.
- Personalet kan afvige fra kostpolitikken i disse tilfælde:
 - Undervisningsrelaterede måltider/snacks (herunder forældreovertagelse)
 - Skolens runde fødselsdage
 - Luciadag (Luciaboller eller pebernødder)
 - Julefrokost og brunch (følger som udgangspunkt madpakkeanbefalingerne)
 - 100-dages fest i 0.kl.
 - Fastelavn (fastelavnsboller, evt. lakridssnøre)
 - Børn løber for børn (juice)
 - Biografture (popcorn)
 - 9. klasses sidste skoledag (karameller)
 - Ture ude af huset
 - Termins- og afgangsprøver i 8. og 9.kl.
- Til arrangementer udenfor skoletiden med forældrenes deltagelse, kan der serveres og/eller sælges kage, popcorn, sodavand og saftvand, idet eleverne er under forældrenes ansvar. F.eks.:
 - Septemberfest, byfest og andre skolefester
 - Afslutning på temauge
 - Sommerkoncert
 - Projektfremlæggelser
 - Arbejdsdage og rengøringsdage



Hvis klasserne har ønsker om at klassens forældre eller skolen arrangerer noget for deres klasse udenfor skoletiden, eller hvis skolen beder forældre arrangere noget for klassen, skal retningslinjerne i kostpolitikken overholdes, så det sikres at alle børn kan deltage.

Hvis forældre på eget initiativ arrangerer noget for klasserne i privat regi, f.eks. fødselsdage, blander skolen sig ikke - heller ikke hvis det foregår på skolen.

Kosten er forældrenes ansvar - ikke børnenes. Derfor beder vi forældrene om at følge skolens kostpolitik.

Med venlig hilsen
Bestyrelsen