



Voedingsbeleid
2023

Inhoud

Inleiding.....	3
1. Eerste hapjes.....	3
2. Eetmomenten	3
3. Eetlocaties	4
4. Drinken	4
5. Sociaal moment	4
6. Allergieën.....	4
7. Aangepast dieet	4
8. Geen eigen voeding.....	5
9. Wat als kinderen niet (goed) eten/drinken.....	5
10. Ophalen tijdens een eet- en/of drinkmoment.....	5
11. Veilig eten en drinken.....	5
12. Minder verspillen	5
13. Fles- en borstvoeding	6
14. Traktaties en feestjes	6
15. Speciale feestdagen.....	6

Inleiding

Het voedingsbeleid van Tubbie is gebaseerd op een zo gezond mogelijk eetpatroon. Wij vinden het belangrijk om kinderen gezonde voeding te bieden en zo positief bij te dragen aan hun ontwikkeling.

Bij Tubbie letten wij goed op welke producten we de kinderen aanbieden. Zo geven wij géén producten met teveel zout, suiker, transvet of verzadigde vetten. Sommige producten kunnen negatieve gezondheidseffecten veroorzaken als je er (te) veel van neemt. Bijvoorbeeld bewerkt vlees en dranken met veel suiker, zoals frisdrank en sap.

Wij bieden op onze locaties 1x per week (op een wisselende dag) een weekkeuze aan; dit is een product dat niet dagelijks gegeten wordt zoals volkoren pannenkoeken, soep of zoet beleg (zoals bijvoorbeeld: 100% pindakaas, halvajam of appelstroop).

1. Eerste hapjes

We starten met het geven van eerste hapjes in overleg met de ouders. Volgens de richtlijn 'Voeding en eetgedrag voor de Jeugdgezondheidszorg' is dit tussen 4 en 6 maanden. We geven een paar lepeltjes per oefenmoment. We beginnen met de zogenaamde verse 'oefenhapjes', waarbij het eten is geprakt of gepureerd. Zodra kinderen hapjes krijgen, laten we ze de mondmotoriek oefenen met een (ondiep, plastic) lepeltje.

In overleg met de ouders zullen we de vaste voedingsmomenten uitbreiden. We laten de kinderen wennen aan verschillende soorten groente en fruit, eventueel aangelengd met water. We bieden bij dit fruit- en groentehapje nog geen combinaties van verschillende soorten fruit en groenten aan. Het kind leert dan eerst wennen aan losse smaken. Zo leert hij die in pure vorm herkennen en waarderen en dat is beter voor de smaakontwikkeling. Naarmate het kind beter kan happen zullen we stukjes vers fruit en groente aanbieden.

2. Eetmomenten

Onze eetmomenten zijn op vaste momenten op de dag. De momenten waarop wij eten zijn ongeveer op de volgende tijden:

- 09.30 uur fruit
- 11.30 uur brood
- 15.00 uur groenten
- 16.00 uur gezond tussendoortje

Een vast dagritme zorgt voor rust en zorgt ervoor dat de kinderen voldoende voedingsstoffen en drinken aangeboden krijgen gedurende de dag. De pedagogisch medewerkers kunnen, bij uitzondering, afwijken van het eetschema zoals hierboven weergegeven. Bijvoorbeeld bij uitstapjes, wandelingen etc.

Tubbie biedt géén ontbijt aan, de kinderen moeten dus thuis hebben ontbeten.

Wij hebben een variërend assortiment fruit. Als lunch eten de kinderen fijn volkoren boterhammen met beleg. Begint het kind net met brood eten, dan is vaak een beetje boter als beleg voldoende. Wordt het kind ouder dan hebben wij verschillende soorten beleg dat past binnen een gezond voedingspatroon. Tijdens het groentemoment bieden wij verschillende soorten rauwe groente aan. Als gezonde tussendoortje hebben wij bijvoorbeeld volkoren soepstengels, crackers of maiswafels.

Wanneer het kind één of meerdere eetmoment(en) mist, door bijvoorbeeld een doktersbezoek op dag van opvang, dient de ouder er zelf voor te zorgen dat het kind heeft gegeten en gedronken voordat het weer bij Tubbie wordt gebracht.

3. Eetlocaties

Onze eetmomenten vinden over het algemeen plaats op groep van het kind.

Bij lekker weer kan er ook voor gekozen worden om buiten te eten. Op beide locaties zijn er picknicktafels op de buitenplaats voor de kinderen waaraan ze kunnen eten en drinken. Daarnaast kan er onderweg of op een andere locatie eten/drinken aangeboden worden zoals bijvoorbeeld tijdens wandelingen en/of uitstapjes. Tubbie kan géén rekening houden met wensen van ouders om een kind niet buiten of onderweg te laten eten/drinken.

4. Drinken

De kinderen drinken bij Tubbie water tijdens de eetmomenten. Ook bieden we de kinderen soms lauwe thee aan zonder suiker.

Wij bieden de kinderen géén gewone melk aan. Kinderen van 1 tot 4 jaar hebben gemiddeld zo'n 300 milliliter aan melkproducten nodig. Dat zijn bijvoorbeeld 2 kleine bekertjes melk en 1 schaaltje yoghurt. Wij gaan er vanuit dat kinderen dit thuis, bijvoorbeeld bij het ontbijt of na de avondmaaltijd krijgen.

Bij voorkeur gaat het kind vanaf 8 maanden oefenen met het drinken uit een (plastic) beker. Wanneer het kind hier net mee start zullen wij een zogenaamde 360 graden beker gebruiken. Daarna gaan we oefenen met een open beker. Dit is beter voor de mondmotoriek dan een tuitbeker of rietjes beker. Een kind hoeft de beker niet helemaal leeg te drinken. Wij stimuleren de kinderen om te drinken, maar dwingen niet.

5. Sociaal moment

We eten tijdens de voedingsmomenten zoveel mogelijk samen aan tafel. Dit is gezellig en het zorgt voor een fijne sfeer. Onze pedagogisch medewerkers geven het goede voorbeeld aan tafel en begeleiden de kinderen tijdens de eetmomenten. Ook besteden zij aandacht aan het aanleren van tafelmanieren. Zo leren zij de kinderen te blijven zitten tijdens het eetmoment, op elkaar te wachten, te eten met een lepel of vork en niet met het eten te spelen.

6. Allergieën

Mocht uw kind bepaalde voedingsmiddelen niet mogen, dan dient u dit aan te geven in KOVnet onder kopje allergieën en bij de pedagogisch medewerkers op de groep.

7. Aangepast dieet

Heeft uw kind een aangepast dieet vanwege allergieën of omdat uw kind halal eet, dan dient u dit tijdens de rondleiding aan te geven. De leidinggevende kan kijken of uw wensen binnen ons assortiment passen. Tubbie heeft een apart assortiment voor aangepaste diëten. Hiervoor zal een toeslag berekend worden op de maandelijkse factuur.

Voor een aangepast dieet berekenen wij de volgende toeslag:

Aantal dagen opvang per week	Bedrag aan toeslag per maand
Één dag	€ 7,50
Twee dagen	€ 10,00
Drie dagen	€ 12,50
Vier dagen	€ 15,00
Vijf dagen	€ 17,50

8. Geen eigen voeding

Het is niet toegestaan om eigen voeding mee te geven naar Tubbie. Ook niet wanneer dit in de jas of tas van het kind wordt bewaard. Dit in verband met mogelijke allergieën van andere kinderen.

9. Wat als kinderen niet (goed) eten/drinken

Het is belangrijk dat kinderen goed eten en drinken tijdens de opvangdag. Zo krijgen ze voldoende voedingsstoffen en vocht binnen. Wij stimuleren de kinderen om te eten/drinken maar dwingen niet.

Het kan voorkomen dat een kind niet (genoeg) eet en/of drinkt bij Tubbie. Wanneer dit een enkele keer, kortdurend, voorkomt zal de pedagogisch medewerker met u bespreken of er aanvullende acties genomen moeten worden.

Als blijkt dat een kind helemaal niets eet of drinkt, of voor een langere periode (te) weinig eet of drinkt zal het protocol opvallend gedrag in werking treden. De leidinggevende van de locatie zal met de ouder(s) de stappen uit dit protocol doorlopen. Het protocol is te vinden in het ouderportaal van KOVnet onder het kopje documenten.

10. Ophalen tijdens een eet- en/of drinkmoment

Het kan voorkomen dat een kind wordt opgehaald tijdens een eetmoment of wanneer een eetmoment net aanvangt. Om de rust en toezicht tijdens het eetmoment te waarborgen vragen wij de ouders om hier tijdens het ophalen rekening mee te houden.

De pedagogisch medewerker kan, als de ouder dat wil, de resterende maaltijd meegeven aan de ouder. Het is niet de bedoeling om in de gang te blijven wachten zodat uw kind het eet- of drinkmoment kan afmaken. Hierdoor ontstaat er mogelijk een rij bij het ophalen en zijn kinderen vaak onrustig als ze een ouder horen of hebben gezien.

11. Veilig eten en drinken

Wij gebruiken kinderservies van veilige materialen, zoals siliconen, plastic of rvs. Servies van melamine (zonder bamboe of mais) gebruiken we niet. In servies gemaakt van melamine met bamboe of mais kan de schadelijke stof formaldehyde vrijkomen.

Tubbie heeft geen loden waterleidingen, we gebruiken kraanwater uit niet-loden leidingen.

12. Minder verspillen

Wij gooien zo min mogelijk eten en drinken weg. Dat is beter voor het milieu. We proberen zo precies mogelijk in te kopen en bewaren eten op de juiste temperatuur. We houden rekening met de houdbaarheidsdatum en gooien restjes niet zomaar weg.

13. Fles- en borstvoeding

Voor de kinderen die fles- of borstvoeding krijgen hebben wij aparte richtlijnen opgesteld. Deze richtlijnen zijn bedoeld om zo hygiënisch en veilig mogelijk te werken.

- De flesjes van de kinderen moeten voorzien zijn van een naam. Wij vragen de ouder een naamsticker op de fles te plakken.
- De afgekolfde moedermelk is voorzien van naam en datum.
- We proberen de flesvoeding zoveel mogelijk per fles klaar te maken en niet al van tevoren.
- De flesvoeding en afgekolfde moedermelk verwarmen we au bain Marie, in een flessenwarmer of in de magnetron op de laagste stand.
- Bij verwarming in de magnetron zwenken we de fles tussendoor om de warmte goed te verdelen. Dit doen we nogmaals als de melk op temperatuur is.
- We laten de melk niet warmer worden dan 30-35 °C (drinktemperatuur). Dit is met name van belang voor borstvoeding, omdat de beschermende stoffen in deze voeding verloren gaan als de melk te warm wordt.
- We druppelen klaargemaakte melk op de binnenkant van de pols om te voelen of deze niet te warm is.
- Melk die overblijft na het voeden gooien we weg.
- Direct na het drinken spoelen we de fles en speen schoon met koud water.
- De fles en de speen wassen we in heet sop met een flessenborstel of in de vaatwasser.
- De fles en speen laten we ondersteboven op een schone, droge doek of in het flessenrek drogen.

Flesvoeding:

Bij Tubbie hebben wij standaard Nutrilon 1 en 2. Mocht uw kind een ander merk krijgen of een speciale soort Nutrilon nodig hebben, dan mag u dit wel zelf (in een ongeopende verpakking) meenemen. Deze persoonlijke voeding dient te zijn voorzien van de naam van uw kind. Flesvoeding mag niet kant en klaar meegegeven worden. Tijdens het vervoer, ook in een koeltas, kan de voeding niet voldoende koud worden bewaard en ontstaat er een toename van bacteriën.

Borstvoeding:

Voor de moeder is er de gelegenheid om zelf borstvoeding te geven. Belangrijk is wel dat zij altijd bereikbaar is en op vraag van het kind kan komen voeden. Afgekolfde borstvoeding moet in bevroren toestand of voldoende gekoeld (dagvers), voorzien van naam en datum, meegegeven worden. Let daarbij op dat het bij aankomst niet is ontdooid. Wanneer de borstvoeding niet is ingevroren wordt de borstvoeding aan het einde van de dag weggegooid. Zorg er dus voor dat er voldoende, maar niet te veel borstvoeding wordt meegegeven.

14. Traktaties en feestjes

Een verjaardag betekent feest en het is natuurlijk hartstikke leuk om de verjaardag van uw kind ook bij Tubbie te vieren. Bij een verjaardag is trakteren toegestaan, maar uiteraard niet verplicht. De traktatie mag ook een niet-eetbare traktatie zijn.

De traktaties zullen wij aan het einde van de dag met de kinderen mee naar huis geven. Voor traktatie-ideeën kunt u kijken op de website www.voedingscentrum.nl/trakteren.

15. Speciale feestdagen

Bij bijzondere momenten, denk bijvoorbeeld aan het Kerstontbijt of met Pasen, organiseren wij vaak een speciaal ontbijt of een speciale lunch. Tijdens deze momenten wijken we incidenteel af van ons voedingsbeleid en bakken we bijvoorbeeld koekjes, eten we croissantjes of krijgen de kinderen iets zoets te drinken.