



SUKKERPOLITIK

I Havrevænget er det besluttet at der ved fødselsdage ikke må serveres slik og lignende der indeholder raffineret sukker, rørsukker, honning eller kunstige sødemidler.

Desuden må der ikke servers kage, hverken med eller uden sukker eller andre sødemidler.

Hvad kan jeg så gøre?

Forud for arrangementet opfordres forældre og pædagoger til dialog omkring arrangementet.

Der er oprettet en inspirationsmappe på intranettet, indeholdende sunde forslag til hvad man kan medbringe til uddeling ved fødselsdage og andre arrangementer.

Har du selv en god opskrift eller en god ide der skal tilføjes mappen kan den sendes til Havrevængets ledelse.

Særlige arrangementer og pædagogiske aktiviteter

Ved pædagogiske aktiviteter, samt bedsteforældredag, sommerfest og julefest vil sukkerindholdet blive begrænset mest muligt.

Faktaboks:

Sukker har ingen næringsværdi og indeholder ingen gavnlige mineraler.

Sukker optager blot plads fra barnets øvrige næring.

Maksimalt sukkerindtag:

0-3 årige: 0 gram per dag

3-6 årige: 18 gram per dag

Faktaboks:

For et barn på 3-6 år, anbefaler fødevarestyrelsen at det daglige råderum, det vil sige både privat og i institution, til slik, kager, sodavand, saft og andre sukkerholdige varer ikke udgør mere end 300 kJ per dag, svarende til 2100 kJ på en uge.

