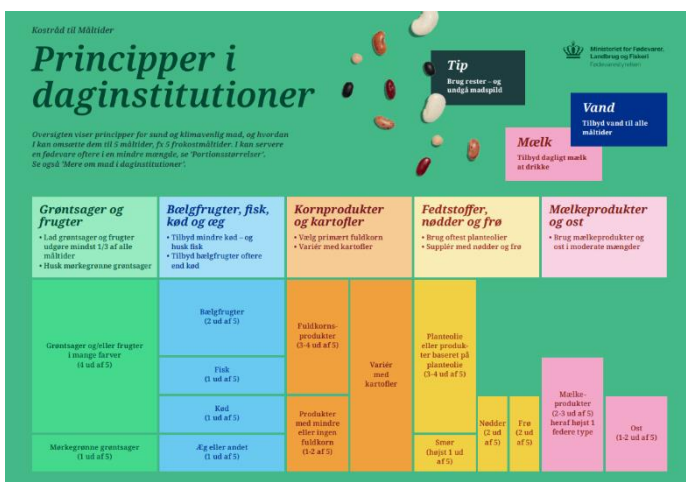


Kostprincip for Gl. Rye Skole og Børnehus

På Gl. Rye Skole og Børnehus ønsker vi at skabe en sund og bæredygtig madkultur, hvor måltider er en kilde til læring, glæde og fællesskab. Vi ønsker at give børnene sunde vaner, glæde ved måltider og bevidsthed om madens betydning for kroppen, miljøet og fællesskabet.

- **Maddannelse** er en livslang proces, der grundlægges i barndommen. Skole, dagtilbud og hjemmet samarbejder om at give børn viden og færdigheder til at træffe reflekterede madvalg. De skal lære om sundhed, måltider, råvarer og bæredygtighed, så de kan navigere bevidst i deres valg af kost og ernæring, og forstå dens betydning for både kroppen og omgivelserne.
- **Måltiderne** er en vigtig del af fællesskabet. Uanset om børnene spiser madpakker eller mad fra en kostordning, skal måltiderne foregå i en rolig og hyggelig atmosfære med tid til at spise.
- **Madlavning og kost** tager afsæt i Fødevarestyrelsens officielle kostråd. Vi prioriterer varieret og nærende mad med fokus på grøntsager, bælgrugter, kornprodukter og årstidens råvarer. Vand er den primære drik.
- **Bæredygtighed** tænkes ind i både indkøb og planlægning. Vi tilstræber at bruge økologiske og klimavenlige fødevarer, når økonomien tillader det, og vi vælger lokalt og sæsonbaseret, hvor det er muligt.
- **Madspild skal minimeres**, og overskydende mad genanvendes, hvor det giver mening. Vi lærer børnene at værdsætte madens ressourcer og undgå unødigt spild.
- **Ved festlige lejligheder** opfordres der til at tænke i sunde, sjove og fantasifulde alternativer til forarbejdet sukker. Dog kan søde indslag forekomme ved særlige anledninger.



[Fødevarestyrelsen - daginstitutioner](#)
[Fødevarestyrelsen - skoler](#)

Vedtaget på bestyrelsesmøde den 18. marts 2025