

KARTLEGGING OG VURDERING AV MATTILBUDET I BARNEHAGEN

OM BRUK AV KARTLEGGINGSVERKTØYET

Ved å bruke kartleggingsverktøyet kan man vurdere om barnehagen følger Retningslinjer for mat og måltider i barnehagen, fastsatt av Helsedirektoratet august 2007

(<http://www.helsedirektoratet.no/ernaering/barnehage/>). Avvik fra retningslinjene fremkommer ved at det er krysset av ”nei” i skjemaet. Selve kartleggingsverktøyet består av to deler: del A: måltidsstruktur og del B: mat- og drikketilbudet.

Verktøyet kan brukes på ulike måter i barnehagen. Det kan:

- gi ledelsen og andre ansatte informasjon om hva de lykkes med og hvor det er et forbedringspotensiale.
- dokumentere standarden på mattilbudet i barnehagen og kan dermed inngå i barnehagens kvalitetssikringssystem.
- skape grunnlag for diskusjon og prioriteringer blant personalet.
- skape grunnlag for diskusjon i foreldregruppen.
- skape grunnlag for tilbakemelding til foreldre og barnehageeier.

Kartleggingsverktøyet er utarbeidet av ansatte ved Høgskolen i Bergen i samarbeid med ansatte i Fjell kommune. Verktøyet er utviklet innenfor prosjektet *Utvikling av samarbeid mellom lærerutdanning og skole-/barnehageeier*, initiert av Utdanningsdirektoratet.

Ved referanse til verktøyet kan følgende referanse oppgis:

Holthe, A., Aadland, E.K., Wergedahl, H. og Bakke, L. (2009). *Skjema for kartlegging og vurdering av mattilbudet i barnehagen*. Høgskolen i Bergen.

Kartleggingsverktøyet er tilgjengelig på: www.hib.no/avd_al/matoghelse/

KARTLEGGING OG VURDERING AV MATTILBUDET

Barnehage	
Dato for kartlegging og vurdering	
Gjennomført av	

DEL A: MÅLTIDSSTRUKTUR

I et fullverdig måltid skal følgende matvaregrupper inngå:

1. brød/korn/potet/ris/pasta
2. frukt/grønnsaker
3. fisk/kjøtt/egg/ost/erter/bønner

	Kartlegging av måltidsstruktur	Ja	Nei
1	Har barnehagen to faste, fullverdige måltider hver dag utenom frokost (servert eller medbrakt)?		
2	Kan barn som ikke har spist frokost hjemme, spise frokost i barnehagen (i tillegg til de to faste, fullverdige måltidene)?		
3	Er det satt av 30 minutter eller mer til spisetid i hvert av de faste måltidene?		
4	Har barnehagen tilbud om måltid hver tredje time eller oftere?		
5	Spiser voksne alltid med barna?		
6	Er det trivelig og hyggelig ved måltidene?		
7	Vasker barna hendene før de spiser?		
8	Vasker voksne og barn som tilbereder mat hendene før arbeidet starter?		
9	Er det rutiner for oppbevaring og behandling av mat i barnehagen?		
10	Er vann den eneste tørstedrikken mellom måltidene?		
11	Gjennomføres de fleste markeringer og feiringer i barnehagen uten servering av søt og fet mat (kaker, pølser, godteri, chips) og søt drikke (saft, brus)?		

Vurdering av måltidsstruktur

Kartleggingen viser avvik fra retningslinjene på følgende punkt: _____

B: MAT- OG DRIKKETILBUDET

Kryss av i hvitt felt.

Kartlegging av mat- og drikketilbudet		Ja	Nei
1	Inngår vanligvis en eller flere av disse matvarene i hovedmåltidene? <ul style="list-style-type: none"> • grovt brød, grove rundstykker, grove horn • grove kornprodukter (for eksempel grove knekkebrød, grove tortilla lefser, usukrete frokostblandinger, havregryn, grøt) • poteter (kokte, stekte, moste) • ris • pasta (ulike typer fullkornpasta) 		
2	Inngår vanligvis en eller flere av disse matvarene i hovedmåltidene? <ul style="list-style-type: none"> • rå grønnsaker (for eksempel agurk, tomat, salatblad, gulrot), frukt/bær (hel, oppskjært, som pålegg, salat) • varme grønnsaker, frukt/ bær (wok, kokte, dampete, i gryter, i folie, supper, bakte, moste, kompotter) 		
3	Inngår vanligvis en eller flere av disse matvarene i hovedmåltidene? <ul style="list-style-type: none"> • fisk og sjømat som pålegg (makrell i tomat/varmrøkt/kaldrøkt/krydder, røke eller krydderlaks, reker, skjell, tunfisk, krabbe, crabsticks, fiskepudding, fiskekaker, rogn, rognleverpostei, røkt ål, sild, sardiner) • fisk og sjømat i varm mat (kokt, stekt, farse, wok, grateng, plukkfisk, suppe, gryte, bakt) • kjøtt som pålegg (skivet, postei) • kjøtt i varm mat (kokt, stekt, farse, wok, grateng, suppe, gryte) • ost som pålegg eller i varmrett (pizza, lasagne) • egg (kokt, stekt, eggerøre, omelett) • erter (stuing, suppe), bønner og linser (stuing, suppe, gryte, salat) 		
4	Brukes bare rene plantemargariner (for eksempel Soft, Vita hjertego, Melange) eller olje i maten/måltidene?		
5	Tilbys bare vann og/eller skummet melk, ekstra lettmelk eller lettmelk til måltidene?		
6	Utelates disse matvarene i hovedmåltidene? <ul style="list-style-type: none"> • søtt pålegg (syltetøy, nugatti, sjokoladepålegg) • fruktyoghurt • sukrete drikker (nektar, saft, brus, sjokolademelk, milkshake, iste) • søte kjeks • søte bakervarer (boller, tebrød, kaker) 		

Vurdering av mat- og drikketilbudet

Kartleggingen viser avvik fra retningslinjene på følgende punkt: _____