

Mad

Drikkedunke

Jeres barn skal have drikkedunk med hver dag. Der må kun være vand i. Børnene har altid adgang til deres drikkedunke, og de vil blive fyldt op i løbet af dagen efter behov. Sørg for at købe en drikkedunk, som jeres barn selv kan åbne, så det altid har mulighed for at tage en tår at drikke, når det er tørstigt. Vælg gerne en drikkedunk uden for stort hul – jo større hul, jo mere vand løber der ud, hvis drikkedunken vælter. Husk navn på drikkedunken.

Madpakker

I Skovtrolden skal jeres barn have madpakke med hver dag. Vi har valgt, at man skal have madpakke med, da det giver os en stor frihed til at tage på ture og få en masse gode oplevelser. Vi spiser ofte på jorden, hvor madpakken balancerer på jeres barns ben, så det sætter visse krav til madpakkens indhold. Det er vigtigt, at madpakkens indhold giver børnene den energi, som de har brug for til at kunne løbe, lege og gå lange ture. Vi anbefaler, at madpakken indeholder rugbrød eller groft brød og gerne lidt grøntsager og max én dessert. Madderne kan med fordel laves som klapsammen-madder skåret i halve, da det er nemmest at styre ude i naturen.

De gode råd til en Skovtrolde-madpakke:

- Maden skal være pakket godt ind individuelt i smørrebrødspapir, så den ikke bliver beskidt, hvis jeres barn taber den i skovbunden eller på legepladsen. På den måde har barnet altid mulighed for at få en anden mad, hvis én skulle blive beskidt.
- Fyld madpakken med rugbrøds-klapsammenmadder og grøntsager og evt. 1 dessert. Skær gerne grøntsagerne, så de er lige til at gå til. Hvis jeres barn har æg med, skal de være pillede hjemmefra. Har jeres barn en dessert med, så gør det så nemt som muligt at åbne det: fx klip enden af en snackpølse, åbn ostehapsen og klap den sammen igen, åbn frugtstangen og luk den igen.
- Undgå en masse små hygge-snacks i madpakken samt mad, der skal spises med ske eller gaffel. Det er besværligt for barnet at sidde med på benene, og om vinteren tager det for lang tid, og så bliver barnet kold i stedet for at indtage energi.
- **Desserter vi gerne ser i madpakken** (max én slags i begrænset mængde): ostehaps, snackpølse, pastaskruer, figenstang, rosiner, en lille müslibar, nødder og tørret frugt.
- **Desserter vi frabeder os:** slik, kage, muffins, chokolade, mælkesnitter, knoppers, chokoladekiks, chips, smoothie, yoghurt, drikkeyoghurt, store müslibar og lignende.

- Vi frabeder os sølvpapir i madpakken af hensyn til naturen og miljøet.
- Sørg for at købe en madkasse, som jeres barn selv kan åbne og lukke.
- Husk at sætte navn på madkassen.

Herunder viser vi et eksempel på, hvordan en god Skovtrolde-madpakke kan se ud:



(Rygbrødsadderne er delt i halve og klappet sammen og pakket ind individuelt i smørrebrødspapir. Der er skåret grøntsager i bøtten. Dagens dessert er åbnet på forhånd.)

Frugt

Når jeres barn starter i Skovtrolde udleverer vi en frugtpose. Hver dag skal I lægge et eller to stykker frugt og evt. en bolle i frugtposen, som skal lægges i gruppens frugtkurv. Det kan være en god idé at sætte en personlig nøglering på frugtposen, så jeres barn nemmere kan finde sin egen. Det er jeres ansvar at vaske frugtposen efter behov.

Fødselsdage

I Skovtrolde elsker vi at fejre fødselsdage! I skal ikke have noget med hjemmefra. Vi har en fødselsdagsmappe, hvor jeres barn vælger, hvad det vil dele ud til sine venner i gruppen. Det gøres til en pædagogisk aktivitet med barnet at gøre denne fødselsdags-overraskelse klar. Bagefter inviteres gruppens børn til bords, og jeres barn fejres med uddeling, sang og flag.