

Voedingsbeleid

Kinderopvang Papendrecht

Inhoudsopgave

1. Inleiding.....	2
2. Wat is gezond?.....	2
2.1 Eet gevarieerd.....	3
2.2 Eet niet te veel en beweeg.....	3
2.3 Eet minder verzadigd vet.....	3
2.4 Eet veel groente, fruit en brood.....	3
2.5 Ga veilig met voedsel om.....	4
2.6 Natrium (zout).....	4
2.7 Pas op met leverworst.....	4
2.8 Drinken.....	5
2.9 Aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH).....	5
3. Voedingsschema	6
3.1 Voedingsschema babygroep en peutergroep.....	7
3.2 Voedingsschema kleutergroep en buitenschoolse opvang.....	8
4. Bijzondere gelegenheden.....	9
4.1 Trakteren.....	9
4.2 Feestdagen en vakanties.....	9
4.3 Babygroep.....	10
5. Speciale voedingsomstandigheden.....	10
5.1 Allergieën.....	10
5.2 Overtuiging.....	12
5.3 Overgewicht.....	12
5.4 Traktaties.....	12
5.5 Sondevoeding.....	12

1. Inleiding

Bij Kinderopvang Papendrecht vinden we het belangrijk dat kinderen gezond eten en dat zij gevarieerde voeding aangeboden krijgen. Kinderen moeten dagelijks de juiste voedingsstoffen in de juiste hoeveelheid binnenkrijgen in het belang van het gezond opgroeien van het kind. Omdat kinderen vaak hele dagen bij ons worden opgevangen is het belangrijk dat zij hier minstens net zo gezond eten als thuis. In dit voedingsbeleid staat beschreven hoe wij bij Kinderopvang Papendrecht omgaan met voeding op het kinderdagverblijf en op de buitenschoolse opvang. Allereerst zal worden beschreven wat wij verstaan onder 'gezond'. Daarna zal worden beschreven welke eetmomenten we hebben en wat de kinderen op die momenten te eten en te drinken aangeboden krijgen. Ook komen bijzondere omstandigheden die er kunnen zijn met betrekking tot de voeding op het kinderdagverblijf en de buitenschoolse opvang aan bod. Zo wordt onder andere beschreven hoe wij omgaan met voeding met betrekking tot feestdagen, traktaties, allergieën en diëten.

2. Wat is gezond?

Het is soms lastig te bepalen welke voedingsmiddelen gezond zijn en welke niet. Bij Kinderopvang Papendrecht houden wij in eerste instantie de voedingsrichtlijnen aan die worden voorgeschreven door het voedingscentrum. Daarnaast hebben wij bij het vaststellen van ons voedingsbeleid ondersteuning gehad van een diëtist.

Het voedingscentrum noemt vijf regels voor gezond eten:

1. Eet gevarieerd
2. Eet niet te veel en beweeg
3. Eet minder verzadigd vet
4. Eet veel groente, fruit en brood
5. Ga veilig met voedsel om

Bij Kinderopvang Papendrecht willen wij zo veel mogelijk voldoen aan de richtlijnen van het voedingscentrum. In dit hoofdstuk wordt beschreven hoe wij invulling geven aan de hierboven genoemde vijf regels. De enige maaltijd die wij bij Kinderopvang Papendrecht niet verzorgen is het ontbijt. We gaan ervan uit dat ouders zelf zorgen voor een goed ontbijt, wat een belangrijk onderdeel is van de dagelijkse voeding van kinderen. We bieden wel de mogelijkheid om zelf meegebracht ontbijt tot 7:30 uur bij ons aan tafel op te eten.

2.1 Eet gevarieerd

Bij Kinderopvang Papendrecht dragen wij zorg voor een gevarieerde voeding. Dagelijks bieden wij als lunch een warme maaltijd en een beker melk aan. Bij de warme maaltijd staan verschillende soorten groenten, peulvruchten, pasta, aardappelen, rijst, rundvlees, kip, vis en ei in wisselende samenstellingen op het menu. Er wordt standaard geen varkensvlees aangeboden aan de kinderen. Dagelijks zijn er momenten waarop er zuivelproducten, water, bruin brood, halvarine en fruit worden genuttigd.

2.2. Eet niet te veel en beweeg

Vaste eetmomenten zorgen ervoor dat wij een goed inzicht hebben in wat, en hoeveel de kinderen eten en drinken. Hoewel de kinderen op deze momenten zo veel mogelijk zelf aan mogen geven hoeveel zij willen eten, houden we ook in de gaten dat zij niet te veel eten.

Beweging komt in dit beleid niet specifiek aan bod, maar kort kan wel gezegd worden dat de kinderen op een dag bij Kinderopvang Papendrecht ruimschoots aan bewegen toekomen, zowel in vrij spel als in georganiseerde activiteiten. Zo wordt er drie maal per week een workshop sport en spel op de dagopvang georganiseerd en een sportactiviteit op de buitenschoolse opvang gedaan.

2.3. Eet minder verzadigd vet

Om de juiste vetten in de voeding aan te kunnen bieden gebruiken we zachte halvarine voor op de boterhammen van de kinderen. Ook wordt bijvoorbeeld eerder gekozen voor 20+ kaas dan voor 48+ kaas voor op brood. We maken gebruik van halfvolle melk en halfvolle yoghurt. De warme maaltijd wordt in overeenstemming met de voedingsrichtlijnen van het voedingscentrum samengesteld en bevat niet te veel verzadigde vetten. Als tussendoortje kiezen we bij voorkeur voor iets wat minder verzadigde vetten bevat. Zo kiezen we bijvoorbeeld voor rozijntjes, fruitbiscuits, lange vingers, rijstwafels of soepstengels.

2.4. Eet veel groente, fruit en brood

Wij stimuleren de kinderen om veel groente, fruit en brood te eten. We hebben vaste momenten waarop wij met de kinderen aan tafel gaan. Het gezellig met elkaar eten stimuleert kinderen vaak om goed te eten. Wij bieden de kinderen minstens één keer per dag fruit aan. Afhankelijk van het seizoen bieden we de volgende fruitsoorten aan: appels, peren, bananen, mandarijnen, sinaasappels, druiven, kiwi's, nectarines, perziken en pruimen. Het fruit halen we bij de landwinkel in Papendrecht. Hier wordt het fruit op natuur- en milieuvriendelijke wijze geteeld. De kinderen mogen in principe zo veel fruit eten als zij willen. Groente krijgen de kinderen bij de warme maaltijd 's middags aangeboden. Daarbij krijgen zij dagelijks minimaal de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid aan groenten aangeboden. Wanneer het in uitzonderlijke gevallen voorkomt dat kinderen bij de 'standaard' warme maaltijd niet de dagelijks aanbevolen hoeveelheid groente krijgen aangeboden (bijvoorbeeld bij sommige eenpansgerechten), dan wordt bij deze maaltijden wel extra komkommer, tomaat of paprika aangeboden. Brood wordt 's avonds gegeten. We bieden de kinderen volkoren brood aan. Kinderen mogen in principe zo veel brood eten als zij willen.

Wanneer een kind niet wil eten, stimuleren wij het kind op een positieve manier om toch te eten. Dit doen wij bijvoorbeeld door kleine beetjes eten tegelijk te geven, de borden niet weg te halen als de andere kinderen nog niet klaar zijn met eten of door het kind te helpen. We stimuleren kinderen wel, maar dwingen kinderen niet (hun bord leeg) te eten. Eventueel kan er nadat de overige kinderen van tafel zijn alsnog een volkoren boterham aangeboden worden, zodat een kind geen 'honger' hoeft te lijden. Eten moet gezellig, prettig en leuk blijven!

2.5. Ga veilig met voedsel om

Bij Kinderopvang Papendrecht gaan wij veilig met voedsel om door ons te houden aan de volgende protocollen:

- Protocol hand- en nagelhygiëne
- Protocol inkopen, transport en ontvangst voedingsmiddelen
- Protocol bewaren en opslag van voedsel algemeen
- Protocol bewaren en opslag van ongekoelde producten

- Protocol bewaren en opslag van gekoelde producten
- Protocol hygiënisch werken bij het bereiden van voedsel
- Protocol bewaren en bereiden babyvoeding
- Protocol bereiden (brood)maaltijden
- Protocol bereiden warme maaltijd

De genoemde protocollen zijn op kantoor terug te vinden in de map veiligheid en gezondheidsbeleid.

2.6. Natrium (zout)

Natrium is een onderdeel van zout. 1 gram zout bevat 0,4 gram natrium. Kinderen mogen niet te veel natrium binnenkrijgen. Afhankelijk van de leeftijd mag een kind maximaal 1,2 gram (1-3 jaar), 1,6 gram (4-6 jaar) en 2,4 gram (11-14 jaar) natrium per dag binnenkrijgen. In heel veel producten is natrium verwerkt, ook wanneer iets niet zout smaakt. We houden hier bij Kinderopvang Papendrecht rekening mee en bekijken het natriumgehalte van de voedingsmiddelen die we gebruiken op de verpakkingen. Er wordt bijvoorbeeld voor gekozen om alleen gebruik te maken van zoutarme(re) smeerkaas omdat smeerkaas anders erg veel natrium bevat en kinderen dan al snel de maximaal toegestane hoeveelheid natrium¹ per dag hebben bereikt. Er blijft dan weinig ruimte over om andere producten die natrium bevatten te nuttigen. Wanneer de warme maaltijd wat aan de zoute kant is, wordt er die dag verder bij voorkeur gebruik gemaakt van voedingsmiddelen die in verhouding minder natrium bevatten zoals rozijntjes, lange vingers, rijstwafels of fruitbiscuits.

2.7. Pas op met leverworst

Te veel vitamine A is niet goed voor kinderen. Lever(worst) bevat veel vitamine A. Kinderen van 6 maanden tot één jaar mogen per week 1 tot 2 boterhammen met (smeer)leverworst, kinderen van 1-3 jaar mogen per week 2 tot 3 boterhammen met (smeer)leverworst en kinderen van 4-12 jaar mogen maximaal 1 boterham met (smeer)leverworst per dag. Omdat het moeilijk is om inzicht te houden in de hoeveelheid leverworst die kinderen gedurende de week eten, thuis meegerekend, maken we bij Kinderopvang Papendrecht geen gebruik van (smeer)leverworst. Er kan bijvoorbeeld wel kippensmeerworst worden gebruikt.

2.8. Drinken

Naast voldoende en goede voeding moeten kinderen voldoende vocht binnenkrijgen. Voor kinderen onder één jaar geldt dat zij hun eigen ritme hebben en drinken wanneer zij daar behoefte aan hebben. Kinderen boven één jaar krijgen in ieder geval vijf keer per dag gezamenlijk aan tafel wat te drinken. Afhankelijk van de leeftijd en de tijd op de dag krijgen zij het volgende te drinken: melk, water, diksap of limonadesiroop. In de voedingschema's (zie hoofdstuk 3) staat beschreven wat de kinderen op die vaste momenten te drinken krijgen aangeboden. Wanneer limonadesiroop wordt aangeboden, mogen de kinderen daar één beker van drinken, daarna krijgen zij water te drinken. Tussen de georganiseerde momenten door mogen kinderen altijd water drinken als zij willen. Als het warm is buiten, of als kinderen grote fysieke inspanningen hebben geleverd krijgen kinderen ook vaker water te drinken.

¹ het voedingscentrum adviseert dat een kind maximaal 1 tot 2 boterhammen met 'gewone' smeerkaas per week eet

2.9. Aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH)

Het is belangrijk dat kinderen dagelijks alle voedingsstoffen binnenkrijgen die zij nodig hebben om gezond te kunnen groeien en ontwikkelen. De dagelijks aanbevolen hoeveelheden voedingsstoffen verschillen per leeftijd. Bij Kinderopvang Papendrecht maken we bij het samenstellen van de voeding op een dag gebruik van de aanbevolen dagelijkse hoeveelheden voedingsmiddelen van de schijf van vijf volgens het voedingscentrum. In de volgende tabellen zijn deze hoeveelheden kort samengevat.

Kinderen van 1-3 jaar

Voedingsmiddel	Hoeveelheid	Maat
Fruit	150 gr.	1,5 stuks
Groente	50-100 gr.	1-2 opscheplepels
Aardappelen, rijst, pasta, peulvruchten	50-100 gr.	1-2 opscheplepels
Brood	70-105 gr.	2-3 sneetjes
Kaas	10 gr.	0,5 plak
Melk(producten)	300 ml.	
Vlees(waren), vis, kip, eieren, vleesvervangers	50-60 gr.	
Bak-, braad- en frituurproducten, olie	15 gr.	1 eetlepel
Halvarine	10-15 gr.	5 gr. per sneetje
Dranken (inclusief melk)	750 ml.	

Kinderen van 4-8 jaar

Voedingsmiddel	Hoeveelheid	Maat
Fruit	150 gr.	1,5 stuks
Groente	100-150 gr.	2-3 opscheplepels
Aardappelen, rijst, pasta, peulvruchten	100-150 gr.	2-3 opscheplepels
Brood	105-140 gr.	3-4 sneetjes
Kaas	10 gr.	0,5 plak
Melk(producten)	400 ml.	
Vlees(waren), vis, kip, eieren, vleesvervangers	60-80 gr.	
Bak-, braad- en frituurproducten, olie	15 gr.	1 eetlepel
Halvarine	20 gr.	5 gr. per sneetje
Dranken (inclusief melk)	1000 ml.	

Kinderen van 9-13 jaar

Voedingsmiddel	Hoeveelheid	Maat
Fruit	200 gr.	2 stuks
Groente	150-200 gr.	3-4 opscheplepels
Aardappelen, rijst, pasta, peulvruchten	150-200 gr.	3-4 opscheplepels
Brood	140-175 gr.	4-5 sneetjes
Kaas	20 gr.	1 plak
Melk(producten)	600 ml.	
Vlees(waren), vis, kip, eieren, vleesvervangers	80-100 gr.	

Bak-, braad- en frituurproducten, olie	15 gr.	1 eetlepel
Halvarine	20-25 gr.	5 gr. per sneetje
Dranken (inclusief melk)	1000-1500 ml.	

Vitamine D

Aanbevolen wordt kinderen tot de leeftijd van 4 jaar extra vitamine D te geven (10 microgram per dag). Bij Kinderopvang Papendrecht gaan wij er vanuit dat ouders er thuis voor zorgen dat hun kind(eren) deze extra vitamine D binnenkrijgen. Vitamine D druppeltjes of pilletjes zijn te koop bij de drogist en apotheek.

3. Voedingsschema

Eten is een sociale aangelegenheid. Wij eten bij Kinderopvang Papendrecht dan ook op gezette tijden gezellig met elkaar aan tafel. We hanteren verschillende voedingsschema's voor de verschillende groepen. In de voedingsschema's is uitgebreid beschreven wat de kinderen op welke momenten van de dag te eten en te drinken krijgen aangeboden.

3.1. Voedingsschema dagopvang

In het volgende voedingsschema staat aangegeven op welke tijden wij welke voedingsmiddelen en dranken aan de kinderen op de babygroep en de peutergroep aanbieden. Dit schema geldt vooral voor kinderen die ouder zijn dan één jaar. Het voedingsschema van baby's hangt af van het eigen ritme van het kind en sluit bij Kinderopvang Papendrecht zo veel mogelijk aan bij wat de voedingsgewoonte thuis is. Kinderen jonger dan één jaar gaan zodra zij hieraan toe zijn in overleg met de ouders meedoen met (onderdelen van) onderstaand schema.

9.30 Fruit

Om deze tijd gaan de kinderen aan tafel om fruit te eten. We bieden de volgende fruitsoorten aan: appels, peren, bananen, sinaasappels, mandarijnen, druiven en kiwi's. Afhankelijk van het seizoen worden er ook nectarines, perziken en pruimen gegeten. Afhankelijk van het kind kan het fruit in kleinere stukjes of gepureerd worden aangeboden. Na het fruit krijgen de kinderen limonadesiroop (vanaf 1 jaar), diksap en/of water te drinken.

11.30 Warme maaltijd

De warme maaltijd wordt verzorgd door 'lekker en vers'. Zij zorgen voor verse maaltijden conform de richtlijnen gezonde voeding van het voedingscentrum. Verschillende soorten groenten, peulvruchten, pasta, aardappelen, rijst, rundvlees, kip, vis en ei staan in wisselende samenstellingen op het menu. Wij streven ernaar minstens drie maal in de week 'Hollandse pot' (aardappelen, groente, vlees/ kip/ vis) te eten. De overige dagen staat dan rijst of pasta op het menu. De warme maaltijden die wij op deze manier aanbieden zijn niet geschikt voor kinderen jonger dan één jaar. Voor kinderen onder één jaar bieden wij potjes warm eten aan, afgestemd op de leeftijd van het kind. Na het eten krijgen de kinderen halfvolle melk te drinken.

14.30 Yoghurt

Milde halfvolle yoghurt wordt in combinatie met vanillevla gegeten. Na de yoghurt krijgen de kinderen limonadesiroop (vanaf 1 jaar), diksap en/of water te drinken.

16.30 Tussendoortje

Tussendoortjes die wij de kinderen afwisselend aanbieden zijn: rozijntjes, lange vingers, melkbiscuit, ontbijtkoek, nijntje koekjes, liga eerste of tweede stap en speculaasjes. Rijstwafels, cream crackers

en soepstengels worden besmeerd met appelstroop of jam. Na het tussendoortje krijgen de kinderen limonadesiroop (vanaf 1 jaar), diksap en/of water te drinken.

18.00 Broodmaaltijd

We gebruiken bij de broodmaaltijd altijd volkoren brood. Op brood wordt halvarine gesmeerd en jam of appelstroop. Bij voorkeur gebruiken we geen smeerkaas en smeerworst, alleen op verzoek van ouders. Na het brood krijgen kinderen melk, limonadesiroop (vanaf 1 jaar), diksap en/of water te drinken.

3.2. Voedingsschema buitenschoolse opvang

In het volgende voedingsschema staat aangegeven op welke tijden wij welke voedingsmiddelen en dranken aan de kinderen op de kleutergroep en op de buitenschoolse opvang aanbieden. Voor de buitenschoolse opvang geldt dat kinderen dit schema alléén volgen wanneer zij aanwezig zijn op de tijden zoals die genoemd worden in het schema. Op vrije (mid)dagen zijn zij dus bij meer eetmomenten aanwezig dan op dagen dat zij naar school gaan.

9.30 Yoghurt

Milde halfvolle yoghurt wordt in combinatie met vanillevla gegeten. Na de yoghurt krijgen de kinderen limonadesiroop en/of water te drinken.

12.30 Warme maaltijd

De warme maaltijd wordt verzorgd door 'lekker en vers'. Zij zorgen voor verse maaltijden conform de richtlijnen gezonde voeding van het voedingscentrum. Verschillende soorten groenten, peulvruchten, pasta, aardappelen, rijst, rundvlees, kip, vis en ei staan in wisselende samenstellingen op het menu. Wij streven ernaar minstens drie maal in de week 'Hollandse pot' (aardappelen, groente, vlees/ kip/ vis) te eten. De overige dagen staat dan rijst of pasta op het menu. Na het warme eten krijgen de kinderen halfvolle melk te drinken.

16.00 Fruit

We bieden de volgende fruitsoorten aan: appels, peren, bananen, sinaasappels, mandarijnen druiven en kiwi's. Afhankelijk van het seizoen worden er ook nectarines, perziken en pruimen gegeten. Na het fruit krijgen de kinderen limonadesiroop en/of water te drinken.

18.00 Broodmaaltijd

We gebruiken bij de broodmaaltijd altijd volkoren brood. Op brood wordt halvarine gesmeerd en dan hebben kinderen afwisselend de keuze uit plakje 20+ kaas of vleeswaar, jam en appelstroop op hun brood. Kinderen vanaf 4 jaar hebben na een boterham met gezond(er) beleg tevens de keuze uit pindakaas, vruchtenhagel, hagelslag of chocopasta. Na het brood krijgen kinderen melk, limonadesiroop en/of water te drinken.

Tussendoortje

Afhankelijk van de behoefte van de kinderen wordt per dag besloten op welk moment het tussendoortje wordt genuttigd. Tussendoortjes die wij de kinderen afwisselend aanbieden zijn: rozijntjes, lange vingers, melkbiscuit, rijstwafels, ontbijtkoek en speculaasjes. Rijstwafels, cream crackers en soepstengels worden besmeerd met appelstroop of jam of belegd met kaas of vleeswaar. Heel af en toe bieden wij de kinderen iets anders aan, zoals knakworstjes. Na het tussendoortje krijgen de kinderen limonadesiroop en/of water te drinken.

4. Bijzondere gelegenheden

Vaak worden bijzondere gelegenheden gevierd met iets bijzonders te eten. Te denken valt aan traktaties op verjaardagen en bijzondere maaltijden op speciale dagen. Bijvoorbeeld een paasontbijt, een keer pannenkoeken in de vakantie en dergelijke. Bij Kinderopvang Papendrecht willen wij zo veel mogelijk zorgen voor een zo goed en gezond mogelijke voeding voor de kinderen die gedurende de dag bij ons zijn. Daarnaast vinden we het ook leuk om bij feestelijke aangelegenheden ruimte te laten om een keer iets bijzonders te eten. In dit hoofdstuk wordt beschreven hoe wij bij Kinderopvang Papendrecht omgaan met traktaties en met voeding op feestdagen en tijdens vakanties.

4.1. Trakteren

De verjaardag van een kind is vaak niet compleet zonder te trakteren. Wij bieden dan ook de mogelijkheid dat kinderen trakteren op hun eigen groep als zij jarig zijn (en bij de geboorte van een broertje of zusje). Het is overigens ook prima wanneer een kind niet trakteert, ouders en kinderen hoeven zich hier zeker niet verplicht toe te voelen. Pedagogisch medewerkers zullen aan ouders aangeven dat wanneer hun kind gaat trakteren, het fijn zou zijn als de traktatie gezond is, maar dat dit niet perse hoeft, het is ten slotte feest. Het is echter ook niet de bedoeling dat de traktatie erg ongezond is. Wanneer een kind iets ongezonds trakteert, zal daar maar beperkt van mogen worden gesnoept. Bij grote en/of ongezonde traktaties kiezen we iets lekkers uit om op te eten en de rest wordt in de mandjes gelegd om mee naar huis te nemen.

Wanneer pedagogisch medewerkers jarig zijn, trakteren zij bij voorkeur iets gezonds. De traktatie wordt in plaats van een tussendoortje gegeten. Bij uitzondering kan hiervan worden afgeweken. Zo kan een yoghurttoetje bijvoorbeeld ook bij, of in plaats van yoghurt worden gegeten.

4.2. Feestdagen en vakanties

Sommige dagen in het jaar willen we wat speciaals doen met de voeding. Op deze bijzondere dagen (op feestdagen en bij de buitenschoolse opvang af en toe op een vakantiedag) kunnen de kinderen bijvoorbeeld chipjes, yoghurtdrink, een stukje kaas of worst, snoepjes, chocolademelk of iets dergelijks aangeboden krijgen. Op bepaalde dagen horen bepaalde voedingsmiddelen of lekkernijen er echt bij. Zo valt bij het sinterklaasfeest te denken aan kruidnootjes, schuimpjes en taaitaai bijvoorbeeld. Natuurlijk wordt wel in de gaten gehouden dat kinderen niet te veel kunnen snoepen.

Wanneer we op een feestdag of bij de buitenschoolse opvang tijdens een vakantie afwijken van ons dagelijkse voedingsschema, houden we hierbij in de gaten dat de kinderen toch zo veel mogelijk van de dagelijks aanbevolen hoeveelheden voedingsmiddelen binnenkrijgen en niet te veel ongezonde voedingsmiddelen tot zich nemen. Zo worden lekkernijen niet vlak voor het eten gegeten en letten we erop dat kinderen niet vaker dan één keer per dag iets ongezonds te eten krijgen. Wanneer op een dag bijvoorbeeld getrakteerd wordt, zal er niet daarnaast nog een ongezond tussendoortje worden aangeboden. Op dagen dat we bijvoorbeeld pannenkoeken eten in plaats van een warme maaltijd, zal er voor het tussendoortje op die dag ook een gezondere variant worden gekozen. Daarnaast kan er op dagen dat de warme maaltijd wordt vervangen door een 'speciale', minder gezonde, maaltijd, naast deze maaltijd of op een ander eetmoment extra gezonde voedingsmiddelen aan de kinderen worden aangeboden.

4.3. Babygroep

Op de babygroep gaan we anders om met voeding op bijzondere dagen dan op de andere groepen. Op deze jongste groep krijgen de kinderen ook bij bijzondere gelegenheden geen ongezonde voeding aangeboden. Wanneer er een ongezonde traktatie wordt getrakteerd, wordt deze dan ook niet opgegeten, maar in de mandjes gelegd om mee naar huis te nemen. Ook op feestdagen krijgen de kinderen van de babygroep alleen gezonde (feestelijke) hapjes aangeboden.

5. Speciale voedingsomstandigheden

In sommige gevallen kan het voorkomen dat kinderen niet mee-eten met wat Kinderopvang Papendrecht standaard aanbiedt tijdens de opvang, maar dat zij tijdens de vaste eetmomenten of daarbuiten wat anders (moeten) eten. Hier kunnen verschillende redenen voor zijn. Zo kan een kind allergisch zijn of kan of mag een kind vanwege religieuze of andere overtuigingen bepaalde voedingsmiddelen niet eten. We proberen deze kinderen wel zo veel mogelijk hetzelfde aan te bieden als de andere kinderen. Als er bijvoorbeeld een kind is wat een allergie heeft voor een voedingsmiddel wat in een tussendoortje verwerkt is, kiezen we (indien mogelijk) ervoor dit tussendoortje op de dag dat het kind met de allergie aanwezig is, niet aan te bieden. Ook niet aan de andere kinderen. Er wordt dan gekozen voor een alternatief voor alle kinderen. In dit hoofdstuk wordt besproken hoe wij omgaan met deze bepaalde speciale voedingsomstandigheden.

5.1. Allergieën

Allergieën kunnen wanneer daar niet goed mee wordt omgegaan hevige, en soms gevaarlijke allergische reacties veroorzaken bij kinderen. Vanwege de kans dat een kind een allergie heeft en dit (nog) niet is ontdekt, zijn er bepaalde voedingsmiddelen die we bij het kinderdagverblijf helemaal niet gebruiken. Het gaat hierbij om pindakaas en aardbeien. Bij de buitenschoolse opvang kan wel gebruik worden gemaakt van deze producten.

Wanneer ouders op de hoogte zijn van een allergie bij hun kind(eren), is het belangrijk dat zij deze allergie kenbaar maken bij Kinderopvang Papendrecht. In eerste instantie wordt hier door de pedagogisch medewerker naar gevraagd bij het intakegesprek, maar wanneer een allergie later wordt ontdekt is het belangrijk dat ouders ons hiervan op de hoogte stellen.

In overleg met de ouders willen we waar mogelijk tegemoet komen in het verstrekken van alle voedingsmiddelen die een kind op een dag bij Kinderopvang Papendrecht aangeboden krijgt. Het kan echter zo zijn dat het ons niet helemaal lukt om aan alle wensen te voldoen. In overleg met de ouders kan worden besproken hoe wij hier mee om kunnen gaan en in hoeverre ouders hier zelf ook aan kunnen bijdragen, bijvoorbeeld door het zelf meenemen van bepaalde voedingsmiddelen. Voor een aantal allergieën staat in dit hoofdstuk beschreven in hoeverre we tegemoet kunnen komen in het verstrekken van alternatieve voedingsmiddelen.

Melk/ lactose allergie

Een allergie voor melk en/of lactose komt vaak voor bij jonge kinderen. De kans is groot dat een kind hier in de loop der jaren overeen groeit. Wanneer een kind een dergelijke allergie heeft zullen wij er natuurlijk voor zorgen dat dit kind bij Kinderopvang Papendrecht geen voedingsmiddelen krijgt die melk/ lactose bevatten. Ook de warme maaltijden zullen voor een kind met een dergelijke allergie lactosevrij worden aangeboden. In overleg met de ouders wordt besproken in hoeverre zij zelf alternatieve voedingsmiddelen kunnen

meenemen naar de opvang voor de verschillende andere eet- en drink momenten. Wij zullen deze alternatieven gedurende de dag aan het kind aanbieden.

Glutenallergie

Een kind met een glutenallergie kan bij Kinderopvang Papendrecht een glutenvrije warme maaltijd aangeboden krijgen. In overleg met de ouders wordt besproken in hoeverre zij verder zelf alternatieve voedingsmiddelen kunnen meenemen naar de opvang voor de verschillende andere eetmomenten. Wij zullen deze alternatieven gedurende de dag aan het kind aanbieden.

Pinda en/of notenallergie

Zowel de warme maaltijd als het brood worden bereid in een ruimte waar ook noten kunnen worden gebruikt. Kinderopvang Papendrecht kan niet garanderen dat er geen sporen van noten in de warme maaltijd en in het brood aanwezig zijn, ook wanneer noten niet specifiek in de voedingsmiddelen verwerkt zijn. Wanneer ouders willen uitsluiten dat hun kind sporen van noten kan binnenkrijgen tijdens de opvang, kunnen zij zelf alternatieven voor de verschillende eetmomenten voor hun kind meenemen naar de opvang. Wij zullen deze alternatieven dan gedurende de dag aan het kind aanbieden.

5.2. Overtuiging

Wanneer een kind vanwege (religieuze) overtuigingen bepaalde voedingsgewoonten heeft of bepaalde voedingsmiddelen niet mag eten, houden we hier bij Kinderopvang Papendrecht in overleg met de ouders zo veel mogelijk rekening mee. Bij de bereiding van de warme maaltijden wordt standaard nooit varkensvlees gebruikt. Wanneer er knakworstjes worden gegeten, zullen kipknakworstjes worden aangeboden.

5.3. Overgewicht

Wanneer een kind vanwege overgewicht een bepaald dieet moet volgen werken wij hier bij Kinderopvang Papendrecht in overleg met de ouders (en eventueel (huis)arts of diëtist) zo veel mogelijk aan mee.

5.4. Traktaties

We raden ouders van een kind met bijzondere voedingsomstandigheden aan om (een doosje met) wat lekkere 'traktaties' bij Kinderopvang Papendrecht achter te laten voor het geval een ander kind trakteert. Zo heeft het kind ook wat lekkers te eten wanneer een ander kind iets trakteert wat hij of zij (mogelijk) niet mag opeten. De verjaardagstraktatie wordt dan wel in het mandje gedaan en mag mee naar huis worden genomen.

5.5. Sondevoeding

Binnen Kinderopvang Papendrecht werken momenteel vijf beroepskrachten die een bekwaamheidsverklaring hebben voor het toedienen van sondevoeding aan een bepaald kindje. Wanneer een ander kind ook sondevoeding moet worden toegediend, zijn wij bereid ook hiervoor een aantal pedagogisch medewerkers opnieuw een bekwaamheidsverklaring te laten behalen.