

KOSTHOLD I GNISTEN BARNEHAGE:

Her er en litt informasjon om hva som serveres til måltidene 😊

Til alle måltidene serverer vi melk og vann.

Frokost:

Medbrakt matpakke.

Lunsj:

Brødmåltider ca. 4 x i uka:

Brød: Det serveres grovbrød med 52% grovhetsgrad. Av og til supplerer vi også med Wasa husmann knekkebrød.

Det serveres pålegg som varierer fra dag til dag:

Påleggene vi varierer med er: Norvegiaost, Fløtemysost, baconost, Kaviar, Makrell i tomat, Kalkunkorv, krydderost, Leverpostei, Kokt skinke, Salami, Haugpølse (svartpølse), Sognemorr, Servalat, egg og syltetøy (ca. 1 gang i mnd).

Av tilbehør serveres det agurk, paprika, tomater, majones. Av og til har vi også sylteagurk og rødbeter.

Varm mat serveres 1 x i uka. Det varierer i hva som serveres; pasta, poteter, grønnsaker, fisk, kjøttpudding, lapskaus, supper, pizza, lasagne, grøt, pølser, kylling. Målet her er å ha varierte varme måltider.

Ettermiddagsmaten:

Knekkebrød eller grovbrød + oppskåret frukt

Bursdagsfeiring:

Vi markerer bursdagen til barna deres ved å ha en egen bursdagssamling, der de blant annet får en bursdagskrone og blir gjort ekstra stas på i samlingen denne dagen 😊

Barna kan ha med seg noe å spise til avdelingen sin denne dagen. Det er dere som foreldre som bestemmer hva barnet eventuelt skal ha med seg. Vi oppfordrer dere til å begrense mengden av søtt, for eksempel tenke 1 kakestykke til hvert barn dersom man har med kake ev. at det ses på alternative løsninger som for eksempel fruktsalat eller pølser.