

## **Princip for kost**

### **Baggrund:**

Denne kostpolitik skal danne grundlag for, hvordan forældre, elever, skole og SFO i samarbejde kan være med til at sikre elevernes sundhed og indlæringsevne. Eleverne skal oplyses, så de kan træffe nogle sunde og fornuftige valg. Det betyder i praksis, at sund kost og motion i videst muligt omfang skal tænkes ind i undervisningen, i de fysiske og sociale rammer omkring spisepauser og i SFO-aktiviteter. Arbejdet kan inspireres af de overordnede retningslinjer og anbefalinger for sammensætning af kost udarbejdet af Fødevarestyrelsen og Nordiske Næringsstofanbefalinger. [www.fødevarestyrelsen.dk](http://www.fødevarestyrelsen.dk) ; [www.altomkost.dk](http://www.altomkost.dk)

### **Formål:**

Princip for kost skal være med til at sikre, at alle forældre og elever på skolen tager ansvar for, at skolens elever spiser sundt og varieret, både hjemme og på skolen. Dette skal være med til at sikre, at eleverne på skolen får de bedste muligheder for god indlæring og trivsel. Dette princip understøtter, at viden om kost, ernæring og sundhed kan være med til at lægge kimen til et sundt og langt liv.

### **Målsætning:**

- Alle elever skal modtage undervisning, som kan underbygge deres forståelse for nødvendigheden af en god kost og et sundt liv
- Skole og SFO skal understøtte, at måltider bliver en god oplevelse
- Alle elever skal have kendskab til sund og varieret kost, så de kender måltidernes betydning for sundhed og forebyggelse af sygdomme senere i livet
- Der skal til stadighed være et tilbud om ekstern leverandør af mad til skolen til de elever, som ikke selv medbringer madpakker
- En ekstern leverandør skal have et udvalg, som opfylder en sammensætning af sund og varieret kost

Forældrene har ansvaret for elevernes adfærd, og dermed også deres kost, uden for skolen, men skolen håndhæver skolebestyrelsens princip på skolen.

Det forventes, at ingen elever kommer i skole uden at have spist morgenmad og uden at få frokost.

**Vedtaget i skolebestyrelsen den 23. februar 2021**