

# Anbefalinger vedr. servering af ris i dagtilbud

Fødevarestyrelsen har efter en ny risikovurdering justeret deres anbefalinger ift. ris, hvis det serveres ofte. I daginstitutioner anbefales det, at der højst serveres ris én gang hver 14. dag, og derfor giver de nye anbefalinger ikke anledning til at ændre på tilberedningsmetoden i køkkenerne. Jf. Fødevarestyrelsens anbefalinger er det ikke et omfang, der udgør et problem.

Fødevarestyrelsen skriver, at ris fortsat kan indgå i en sund og varieret kost til børn, mens risdrik og riskiks ikke bør tilbydes til børn.

Hvis man vil sænke indholdet af uorganisk arsen i ris, kan man vælge at skylle risene, sætte dem i blød og koge dem i rigeligt med vand, som Fødevarestyrelsen beskriver det her: [Arsen - Fødevarestyrelsen \(foedevarestyrelsen.dk\)](https://www.foedevarestyrelsen.dk).

Det formodes at de fleste institutioner kun af og til serverer ris, idet anbefalingerne til daginstitutioner er, at der kun serveres ris hver anden uge. Man kan derfor fortsat vælge blot at skylle risene og koge dem i den mængde vand, man plejer, så den kulinariske kvalitet bevares.

