

Tag børnene med ind i institutionskøkkenet

Med nogle enkle råd og hygiejneregler kan det være både trygt og lærerigt at have børn med i institutionskøkkenet. Madlavning giver gode madoplevelser og kan styrke børns madmod, fordi de får mulighed for at røre, dufte og smage råvarer. Det kræver dog god planlægning at inddrage børn i køkkenet.

Egenkontrol

Når børn deltager i madlavningen, skal der være særlig opmærksomhed på hygiejnen. Det skal fremgå af institutionens egenkontrolprogram, hvordan I sikrer, at børnene overholder reglerne for personlig hygiejne, og at maden tilberedes hygiejnisk forsvarligt.

Har institutionen et produktionskøkken, er et egenkontrolprogram et lovkrav. Programmet skal beskrive, hvordan I sikrer fødevarer sikkerheden i den daglige madproduktion, og det skal tilpasses aktiviteterne i jeres institution.

Hygiejneregler

Børn må gerne deltage i madlavningen, hvis følgende betingelser er opfyldt:

- Maden tilberedes til en mindre og relativt lukket personkreds, fx institutionens egne børn
- Børn og personale, der har været syge de seneste dage deltager ikke
- Personalet sikrer, at madlavningen foregår hygiejnisk forsvarligt. Børnene skal kende de grundlæggende hygiejneregler, fx håndvask, opsat hår og brug af forklæde
- Børnene lever op til samme krav til personlig hygiejne som personalet

Grundlæggende hygiejneråd til børn

Inden I går i gang, bør følgende gennemgås med børnene:

- Vask hænder grundigt før og efter madlavning – og altid efter toiletbesøg, nys eller hoste
- Undgå at røre mund og næse, når du arbejder med mad
- Hold rå og færdigtilberedte fødevarer adskilt
- Smag ikke på råvarer som råt kød, kødfars eller kagedej med rå æg

Madlavning på stuen

Hvis det ikke er muligt at have børnene med i køkkenet, kan madaktiviteter sagtens foregå på stuen. Børn kan fx hjælpe med at snitte frugt og grønt eller forme boller.

Dæk bordet med en ren voksdug, og giv børnene et spækbræt og en lille urtekniv. Når aktiviteten er færdig, afleveres de klargjorte råvarer til den madansvarlige, som kan bruge dem i dagens madlavning. Herefter rengøres udstyr og dug, og det hele pakkes væk til næste gang.

God fornøjelse!

Børn kan være med på mange måder. Her er 17 idéer:

1. Brug bolledej som modellervoks, og bag resultatet
2. Dyrk urter i vindueskarmen, kartofler i spand med kighul, grøntsager i baljer
3. Plant bærbuske og frugttræer
4. Bag pink boller med rødbede
5. Pluk mælkebøtter i april, ramsløg i maj, jordbær i juni og æbler i september
6. Tag hele råvarer med på stuen, og spørg, hvad vi skal lave med dem
7. Skær halloweengræskar og kog suppe af resterne
8. Dyrk svampe i kaffegrums
9. Gæt, hvad vi spiser – hvad er det, der smager syrligt?
10. Lad børn tegne dækservietter, og laminér dem
11. Pluk hyldeblomster til pynt, saft og til at fritere
12. Mal billeder med rødbedesaft
13. Bag et brød med urter i en bålpande eller damp blåmuslinger over gløderne
14. Lav tryk med forskellige rodfrugter, og brug dem i maden den dag
15. Lav spiselige halskæder af gulerødder, kinaradiser og kålrabi
16. Tør citrusskiver i ovnen, og hæng dem op som pynt
17. Byg eller besøg en hønsegård