

Dato: 24. juni 2020  
Sagsnr.: 2020-001452-18

Da  
Sa

Dato: 24. juni 2020  
Sagsnr.: 2020-001452-18

## **Klimavenlig og bæredygtig frokostordning i dagpleje, vuggestuer og børnehaver**

I Middelfart Kommune arbejder vi ud fra visionen *Fra Middelfartbarn til verdensborger*. Bæredygtighed er et af vores pejlemærker i arbejdet med FN's 17 verdensmål.

Verdensmålene gælder for alle. Vi kan kun gøre verden til et bedre sted, hvis vi arbejder sammen. Verdensmålene er vores fælles plan for, hvordan vi får gjort verden mere bæredygtig. Verdensmål sætter fokus på ansvarligt forbrug og produktion:

Middelfart Kommune gør en indsats for at bidrage til FN's verdensmål for bæredygtig udvikling bl.a. gennem indkøbspolitik, affaldssortering og frokostordninger i 0-6 årsområdet, hvorved vi er med til at realisere den politiske vision "Broerne begynder her", som understøttes af de tre strategier: Grøn vækst, Fremtidens velfærd og Planstrategien.

### **Kosten er en stor klimabelastning** (Den grønne tænketank Concito)

Klimavenlig kost er noget, vi kommer til at skulle forholde os mere til i fremtiden. Årsagen til, at fødevarerne udgør så stor en del af udledningen af drivhusgasser, skal findes i produktionen. Når fødevarer skal produceres, hvad enten de er dyrkede, opdrættede og slagtede eller på anden vis forarbejdede, medfører det en stor udledning drivhusgasser. Og så er der selvfølgelig også transport, køling og opbevaring. Vores målsætning er, at 60 % af den mad, der serveres i frokostordninger, er økologiske og/eller lokalt producerede sæsonvarer.

Med denne lille folder ønsker vi at give inspiration til klimavenlige og bæredygtige frokostordninger for de 0- 6 årige både før, under og efter måltidet. Du finder små tips og ideer om alt fra indkøb, opbevaring, forarbejdning og til at maden kommer på bordet, samt hvordan vi undgår madspild, og hvordan vi affaldshåndterer for at få mere bæredygtighed ind i hverdagens praksis i 0-6 års området.

Grete Berggren, Chef for Skole og dagtilbud

Middelfart 2020

## Indkøb

- Køb dansk så vidt det er muligt, og økologi når det giver mening, fx i forhold til økonomi og transport. Helt grundlæggende er der sund fornuft i at købe økologiske råvarer, men hvis de økologiske afgrøder dyrkes i et drivhus, kan udledningen af drivhusgasser være endnu større.
- Gå efter ASC eller MSC mærket på fisk og fiskeprodukter.
- Gå efter de fødevarer, der er i sæson, og som ikke kræver store arealer af opvarmede drivhuse. Print eller bestil plakat over grøntsager i sæson på [www.sæson.dk](http://www.sæson.dk)
- Introducer børnene for "Fra jord til bord" princippet, fx ved at lade børnene plukke brombær til marmelade eller hjælpe med at høste grønt i drivhuset (fortrinsvist muligt i dagplejen).
- Medbring indkøbsnet/taske, når der handles (dagplejen).
- Undgå fødevarer i unødige emballage.

## Opbevaring

- Vær opmærksom på den rette måde at opbevare råvarerne på, så holdbarheden forlænges.
- Minimer brugen af sølvpapir, brug genanvendelige bølter/emballage i passende størrelser til opbevaring af mad.
- Hold øje med temperatur i køl/frys.
- Hold øje med 'bedst før' datoer, så madspild undgås.
- Eventuelle rester fra frokosten kan sættes i et køleskab i frokostrummet og bruges som supplement til eftermiddagsmaden.

## Madproduktionen og undgå madspild

Mange børn er i dagtilbud en stor del af dagen og spiser mindst halvdelen af deres måltider her. Derfor er det vigtigt, at måltiderne har den rette sammensætning, så børnene får dækket deres ernæringsmæssige behov.

- Server gerne måltider med mindre kød, og erstat med fisk, æg og bælgfrugter. Vær opmærksom på at følge de officielle anbefalinger (se [www.måltidsmærket.dk](http://www.måltidsmærket.dk)), så børnene fortsat får dækket deres behov for proteiner og jern.
- Brug mindre oksekød og lammekød og flere grøntsagsretter.
- Plantebaserede fødevarer belaster klimaet mindre end animalske fødevarer.
- Lav mad og bagværk, så vidt det er muligt, fra bunden.
- Hjemmebagt brød kan have en bedre sammensætning end det industrifremstillede brød samt har fordelen af, at det kan mætte mere.
- Brug årstidens frugt og grønt.
- For at undgå madspild er det vigtigt at vide hvor mange børn, der skal laves mad til. Find en løsning der passer til din arbejdsplads, så du altid er opdateret på antallet af børn.
- Undgå madspild:

- Planlæg ugens måltider – herunder en ugentlig grøddag
- Undgå at lave for store portioner
- Genbrug rester i andre retter eller i bagværk
- Lav smør selv madder, så der ikke bliver smurt for meget, der skal smides ud

### **Måltidet som en del af det pædagogiske arbejde**

- Måltidet er en hverdagsaktivitet, der udgør et pædagogisk læringsmiljø, som åbner op for at børn kan trives, lære, udvikle sig og dannes.
- Brug fx samtalekort med de forskellige råvarer. Måltidet er en del af læreplanen.
- Skab en god stemning omkring måltidet – måltidet er et vigtigt læringsrum for barnet. Brug f.eks. måltidet til at snakke om, hvor maden kommer fra, er det frugt eller grønt, kød eller?
- Brug gerne forskelligfarvede affaldsskåle på bordet, så det er tydeligt for barnet, at der affaldssorteres. Skålene kan evt. mærkes med de samme mærker, som der er på affaldssorteringssystemerne.

### **Affaldssortering**

Når man sortere affald, kan meget af materialerne genbruges igen til at lave nye produkter. Genanvendelse er godt for miljøet: jo mere genanvendelse, jo mindre udledning af CO<sub>2</sub> og luftforurening med farlige partikler, jo mindre skade på vandmiljøet og mindre forurening af miljøet.

Pr. 1.10.2020 gælder affaldssortering ikke kun i kommunale institutioner, men også i private hjem i Middelfart Kommune.

Affald sorteres i:

- Papir og pap
- Glas
- Plastic
- Madaffald
- Metal
- Restaffald inkl. papir, plastic mv., som har været i berøring med mad

Der kan dog forekomme ændringer i ovenstående jf. regeringens udspil maj 2020 om bedre affaldssortering.

Især om madaffald:

- Køres til et anlæg, hvor madaffald laves til en biomasse der blandes med gylle og laves til biogas, som kan erstatte ex. naturgas til varme og brændstof.
- Hjælp børnene med at komme deres affald i de rigtige skraldespande.

### **Spar på energiforbruget**

I mange private hjem og i institutioner og virksomheder med storkøkken udgør køkkenets forbrug en væsentlig del af det samlede energiforbrug. Spar ved at vælge energieffektivt udstyr, indrette køkkenet energieffektivt og have en fornuftig energiadfærd i køkkenet.

- Brug mindre vand. Kartoffler og grøntsager kan koges i langt mindre vand, end de fleste plejer. Der kan f.eks. spare 30 % strøm ved at koge kartofler med lidt vand i stedet

for den traditionelle metode, hvor kartoflerne er helt dækkede. Koges æg, behøves der kun 1,5-2 cm vand i gryden.

- Kog kartofler og æg i ovnen, hvis din ovn har et kogeprogram.
- Kog vand i elkedel. En elkedel koger hurtigere og bruger kun halvt så meget strøm, som hvis du koger vand på en kogeplade. Har du induktion, er besparelsen mindre.
- Brug mikroovnen i stedet for ovnen, når du skal opvarme og tilberede mindre portioner mad. Herved kan du spare op imod 70 % af elforbruget.
- Udnyt eventuel eftervarme både på kogepladen og ovnen.
- Rens filteret på emhætten. Rengør fedtfiltret ca. 1 gang om måneden. Når filtret er snavset, skal emhætten køre på et højere trin for at opnå samme virkning, og det øger både elforbrug og støj.
- Fyld opvaskemaskinen helt op, så den ikke behøver køre så tit. Det sparer både energi, vand og opvaskemiddel.
- Hold den rigtige temperatur i køleskab og fryser: Du bruger unødvendigt meget energi, hvis dit køleskab er koldere end 5 °C og fryseren koldere end -18 °C.
- Optø mad fra fryseren i køleskabet. Så sparer køleskabet strøm.

### Nyttige link

#### Guide til sundere mad i daginstitutioner:

<https://altomkost.dk/publikationer/publikation/pub/hent-fil/publication/foedevarestyrelsens-guide-til-sundere-mad-i-daginstitutionen/>

**Alt om kost – råd og anbefalinger:** <https://altomkost.dk/raad-og-anbefalinger/kommuner-skoler-og-institutioner/altomkostdkdaginstitutioner/>

**Årstidens frugt og grønt:** <https://saeson-web.dk/>

**Fisk - Sådan køber du mest bæredygtigt:** <https://taenk.dk/test-og-forbrugerliv/mad-og-indkoeb/oekologisk-eller-baeredygtig-fisk>

**Spar energi i private hjem (dagplejen):** <https://spareenergi.dk/forbruger/el/madlavning>

**Spar energi i storkøkkener:** <https://spareenergi.dk/offentlig/el/storkokken>

#### Indkøbspolitik 2019-2022 Middelfart Kommune:

<https://www.middelfart.dk/~media/Files/Indkob/Informationsmoeder/Indkøbspolitik%202019-2022.ashx> **Affalds-**

**sortering i Middelfart Kommune:** <https://affaldoggenbrug.middelfart.dk/Nye%20affaldsordninger>

#### Strategi for grøn vækst – Middelfart den grønne vækstkommune:

<https://www.middelfart.dk/~media/Files/Politik/Strategi%20for%20Grøn%20Vækst%202018.ashx>