



# Voedingsbeleid

## Inhoudsopgave

<b>Inleiding</b>	<b>2</b>
<b>Gezonde voeding</b>	<b>3</b>
Voedingsaanbod voor kinderen tot 1 jaar	4
Voedingsaanbod voor kinderen van 1 tot en met 4 jaar	5
Voedingsaanbod voor kinderen van 4 tot en met 13 jaar	6
<b>Visie op gezonde voeding</b>	<b>8</b>
Het aanbieden van vaste en rustige eetmomenten	8
Zorg te dragen voor een veilige omgeving	8
Kindvolgend werken	8
Bevorderen van de ontwikkeling aan de hand van de vier pedagogische basisdoelen	9
De rol van de pedagogisch professional	9
<b>Praktische afspraken</b>	<b>10</b>
Afspraken omtrent verstikkingsgevaar	10
Drinken, fles/borstvoeding	10
Allergieën en/of andere individuele wensen	11
Feest en traktaties	11
Uitzonderingen	11
De (eerste/warme) maaltijden	12
Groepsgrootte tijdens het eetmoment	12
Inkoop van producten	12
<b>Algemene voedingshygiëne</b>	<b>13</b>
Voedingshygiëne omtrent borst/flesvoeding	15
<b>Bijlage 1: Bewaarlijst verse voeding</b>	<b>16</b>

## Inleiding

Kinderopvang Baloe zet zich in voor **gezonde kinderopvang**. Daaronder valt ook het aanbieden van gezonde voeding. In dit voedingsbeleid staat beschreven hoe Kinderopvang Baloe bijdraagt aan een gezond voedingsaanbod en gezonde eetgewoonten onder kinderen bevordert.

Bij Baloe verdient ieder kind een goede start in de ontwikkeling. Dit doet Baloe door opvang te creëren waarin kinderen worden geprikkeld om zich te ontplooien, ontwikkelen, ontdekken en plezier te hebben. Baloe ziet het als haar taak om een veilige, professionele en kansrijke omgeving te creëren waar kinderen leren om te navigeren door het leven.

*"Opgroeien doe je niet alleen, maar met de wereld om je heen!"*

Het voedingsbeleid van kinderopvang Baloe omschrijft alle kernwaarden die betrekking hebben op gezonde voeding en terug te zien is binnen de opvang - de praktijk. Gezonde voeding zorgt ervoor dat de kinderen alle benodigde voedingsstoffen binnenkrijgen voor de optimale ontwikkeling. Kinderopvang Baloe volgt in het voedingsbeleid de adviezen van het Voedingscentrum.

## Gezonde voeding

Het Voedingscentrum adviseert om dagelijks een bepaalde hoeveelheid uit elk vak van de Schijf van Vijf te eten. Het voedingsaanbod dient daarbij gevarieerd te worden en aangepast aan de leeftijd, het geslacht en de behoefte van de kinderen. Dit zorgt ervoor dat kinderen voldoende mineralen, vitamines, eiwitten, koolhydraten, vetten en vezels binnenkrijgen. Deze voedingsstoffen zijn nodig om te groeien, ontwikkelen en helpen de kinderen om een gezond voedingspatroon te creëren.

Kinderopvang Baloe zet zich in voor het aanbieden van gezonde voeding en volgt daarom de adviezen van het Voedingscentrum. Naast de Schijf van Vijf adviseert het Voedingscentrum de volgende zes adviezen:

1. Eet volop groente en fruit
2. Gebruik vooral volkorenproducten
3. Gebruik zachte en vloeibare vetten
4. Drink dorstlessers zonder suiker
5. Eet meer plantaardig en minder vlees
6. Eet niet te veel en niet te vaak

De bovenstaande adviezen zijn nauw verwerkt in dit voedingsbeleid. Hierdoor creëert Baloe een gezonde omgeving voor kinderen.

Producten die niet in de Schijf van Vijf staan bevatten vaak veel suikers, verzadigde vetten of te weinig voedingsstoffen. Kinderen hebben deze producten niet nodig. Kinderen hebben gezonde bouwstoffen nodig voor hun ontwikkeling en groei. Kinderopvang Baloe biedt daarom geen afwijkende producten aan om een verantwoord voedingsaanbod te kunnen aanbieden. Wel zijn er een aantal uitzonderingen waarbij de kinderen een ander voedingsaanbod kunnen krijgen, bijvoorbeeld met feestdagen, tijdens de vakantie of tijdens een studiedag bij de BSO. Baloe communiceert deze momenten altijd naar de ouder(s)/ verzorger(s), zodat zij op de hoogte zijn van de afwijking in het reguliere voedingsaanbod.

## Voedingsaanbod voor kinderen tot 1 jaar

Baloe biedt structuur, ritme, rust en regelmaat. Tijdens de opvanguren zijn er vaste eetmomenten met een specifiek voedingsaanbod. In totaal zijn er 4 eetmomenten per dag voor een gebalanceerd voedingspatroon. Baloe is kindvolgend en speelt in op individuele en groeps-wensen. Meer informatie is te vinden in de visie op gezonde voeding en de praktische afspraken van Kinderopvang Baloe, binnen dit voedingsbeleid.

### 1. De ochtend - Fruit

- Aanbod van een verse fruithap (gepureerd of in de lengte/breedte gesneden)
- Standaard aanbod van vers fruit: appel, banaan, sinaasappel en peer
- Seizoensgebonden aanbod vers fruit, bijvoorbeeld: meloen, perzik, mango
- Aanbod van kinderthee (suikervrij/caffèinevrij) en/of water
- *Baloe hanteert ongeveer 1 stuk fruit per kind*

\*Fruit wordt in overleg met ouders/verzorgers aangeboden, pas nadat het thuis eerst geprobeerd is.

### 2. Tussen de middag - Brood

- Aanbod van vers volkoren (bakkers) brood
- Standaard aangeboden beleg: halvarine → Hierin zitten veel goede vetten, die kinderen in hun eerste levensjaren nodig hebben.
- Gevarieerd beleg: groentegoed, verse roomkaas, pindakaas
- Extra aanbod voor de kinderen die hier aan toe zijn: jam, appelstroop, kipfilet, jong belegen kaas 30+
- Aanbod van kinderthee (suikervrij/caffèinevrij), water en/of halfvolle melk
- Halfvolle melk wordt onder de 1 jaar aangeboden in overleg met ouders
- *Baloe hanteert maximaal 2 broodjes per kind vanaf 10 maanden*

### 3. Middag - Rauwkost en cracottes/maiswafel

- Aanbod van groenten/rauwkost (gepureerd of in de lengte/breedte gesneden) en volkoren cracottes/maiswafel
- Standaard aangeboden: komkommer, tomaat, paprika
- Aanbod van kinderthee (suikervrij/caffèinevrij) en/of water
- *Baloe hanteert ongeveer ¾ stuk rauwkost en 1 cracotte/maiswafel per kind*

\*Groente/rauwkost wordt in overleg met ouders/verzorgers aangeboden, pas nadat het thuis eerst geprobeerd is.

### 4. Einde van de dag - Soepstengel \*17.00-18.00uur

- Aanbod van volkoren soepstengel, volkoren cracotte of maiswafels
- Aanbod van kinderthee (suikervrij/caffèinevrij) en/of water
- *Baloe hanteert maximaal 1 soepstengel/cracotte per kind*

**Baloe biedt kinderen onder de 12 maanden geen:**

- Honing - honing kan besmet zijn met een bacterie waar jonge kinderen ziek van kunnen worden.
- Producten met rauw vlees, rauw ei of lever - hierin kunnen ziekmakende bacteriën zitten waar jonge kinderen extra gevoelig voor zijn.
- Smeerkaas - smeerkaas bevat relatief veel verzadigd vet en zout.

## Voedingsaanbod voor kinderen van 1 tot en met 4 jaar

Baloe biedt structuur, ritme, rust en regelmaat. Tijdens de opvanguren zijn er vaste eetmomenten met een specifiek voedingsaanbod. In totaal zijn er 4 eetmomenten per dag voor een gebalanceerd voedingspatroon. Baloe is kindvolgend en speelt in op individuele en groeps-wensen. Meer informatie is te vinden in de visie op gezonde voeding en de praktische afspraken van Kinderopvang Baloe, binnen dit voedingsbeleid.

### 1. De ochtend - Fruit

- Aanbod van een verse fruithap (in de lengte/breedte gesneden)
- Standaard aangeboden vers fruit: appel, banaan, sinaasappel en peer
- Seizoensgebonden aanbod vers fruit, bijvoorbeeld: meloen, perzik, mango
- Aanbod van kinderthee (suikervrij/cafeïnevrij) en/of water
- *Baloe hanteert ongeveer 1 stuk fruit per kind*

### 2. Tussen de middag - Brood

- Aanbod van vers (bakkers) volkoren brood
- Standaard aangeboden beleg: halvarine, groentegoed, verse roomkaas, pindakaas
- Extra aanbod: jam, appelstroop, kipfilet, jong belegen kaas 30+
- Kinderen die eraan toe zijn oefenen met het zelfstandig smeren van hun boterham
- Aanbod van kinderthee (suikervrij/cafeïnevrij), water en/of halfvolle melk
- *Baloe hanteert maximaal 3 broodjes per kind*

### 3. Middag - Rauwkost en cracottes/maiswafel

- Aanbod van rauwkost (in de lengte/breedte gesneden) en volkoren cracottes en/of maiswafels
- Standaard aangeboden: komkommer, tomaat, paprika
- Standaard aangeboden beleg: halvarine, groentegoed, verse roomkaas, pindakaas
- Extra aanbod: jam, appelstroop, kipfilet, jonge kaas (af en toe een hardgekookt ei)
- Kinderen die eraan toe zijn oefenen met het zelfstandig smeren van hun cracker/maiswafel
- Aanbod van kinderthee (suikervrij/cafeïnevrij) en/of water
- *Baloe hanteert ongeveer ¾ stuk rauwkost per kind en 2 cracottes/maiswafels*

### 4. Einde van de dag - Soepstengel

- Aanbod van volkoren soepstengel of volkoren cracotte
- Tussen 17.00-18.00uur
- Aanbod van kinderthee (suikervrij/cafeïnevrij) en/of water
- *Baloe hanteert maximaal 2 soepstengel/cracotte per kind*

#### **Baloe biedt kinderen onder de 4 jaar geen:**

- Rauwe vis, rauw vlees, producten met rauwe melk of rauw ei.
- Producten met veel zout, zoals vette vleeswaren/smeerkaas/snacks.

## Voedingsaanbod voor kinderen van 4 tot en met 13 jaar

Baloe biedt structuur, ritme, rust en regelmaat. Tijdens de opvanguren zijn er vaste eetmomenten met een specifiek voedingsaanbod. In totaal zijn er 4 eetmomenten per dag voor een gebalanceerd voedingspatroon. Baloe is kindvolgend en speelt in op individuele en groeps-wensen. Meer informatie is te vinden in de visie op gezonde voeding en de praktische afspraken van Kinderopvang Baloe, binnen dit voedingsbeleid.

Het aanbod voor de buitenschoolse opvang kent twee varianten. Waarbij variatie één gericht is op de reguliere opvang en variatie twee gericht is op de vakantieopvang.

### Variatie één: Regulier aanbod naschoolse opvang (middag)

#### 1. Uit school - Cracottes/maiswafels

- Aanbod van volkoren cracottes/maiswafels of volkoren crackers
- Standaard aanbod beleg: roomkaas, hummus, jong belegen kaas 30+, kipfilet
- Extra aanbod: jam, appelstroop, pindakaas
- Kinderen die eraan toe zijn oefenen met het zelfstandig smeren van hun crackers/maiswafels
- Aanbod van kinderthee (suikervrij/caffèïnevrij) en/of water
- *Baloe hanteert maximaal 3 maiswafels/cracottes per kind*

#### 2. Middag - Rauwkost en/of fruit

- Aanbod van gesneden groenten/rauwkost en/of gesneden fruit
- Standaard aangeboden vers fruit: appel, banaan, sinaasappel en peer
- Seizoensgebonden aanbod vers fruit, bijvoorbeeld: meloen, perzik, mango
- Standaard aangeboden groenten: komkommer, tomaat, paprika
- Extra aanbod: hardgekookt ei
- Aanbod van kinderthee (suikervrij/caffèïnevrij) en/of water
- *Baloe hanteert ongeveer  $\frac{3}{4}$  stuk rauwkost en  $\frac{1}{2}$  stuk fruit per kind*

#### 3. Tussendoor - Drinkmoment

- Aanbod van kinderthee (suikervrij/caffèïnevrij) en/of water

#### 4. Einde van de dag - Soepstengel

- Aanbod van volkoren soepstengel of volkoren cracotte
- Tussen 17.00-18.00uur
- Aanbod van kinderthee (suikervrij/caffèïnevrij) en/of water
- *Baloe hanteert maximaal 2 soepstengels per kind*

## Variatie twee: Vakantieopvang (hele dag)

### **1. De ochtend - Fruit**

- Aanbod van vers fruit
- Standaard aangeboden vers gesneden fruit: appel, banaan, sinaasappel en peer
- Seizoensgebonden aanbod vers fruit, bijvoorbeeld: meloen, perzik, mango
- Aanbod van kinderthee (suikervrij/cafeïnevrij) en/of water
- *Baloe hanteert ongeveer 1 stuk fruit*

### **2. Tussen de middag - Brood**

- Aanbod van vers (bakkers) volkoren brood
- Standaard aangeboden beleg: halvarine, groentespread, verse roomkaas, pindakaas
- Extra aanbod: jam, appelstroop, kipfilet, ham, jong belegen kaas 30+,
- Kinderen die eraan toe zijn oefenen met het zelfstandig smeren van hun boterham
- Aanbod van kinderthee (suikervrij/cafeïnevrij), water en/of halfvolle melk
- *Baloe hanteert maximaal 3 broodjes per kind*

### **3. Middag - Rauwkost en cracottes**

- Aanbod van groenten/rauwkost en volkoren cracottes/maiswafels
- Standaard aangeboden: komkommer, tomaat, paprika
- Standaard aangeboden beleg: halvarine, groentegoed, verse roomkaas, pindakaas
- Extra aanbod: jam, appelstroop, kipfilet, ham, jonge kaas, (af en toe een hardgekookt ei)
- Kinderen die eraan toe zijn oefenen met het zelfstandig smeren van hun cracker/cracottes
- Aanbod van kinderthee (suikervrij/cafeïnevrij) en/of water
- *Baloe hanteert 2/3 stuk groente per kind en maximaal 2 volkoren cracottes of 3 maiswafels*

### **4. Einde van de dag - Soepstengel**

- Aanbod van volkoren soepstengel of volkoren cracotte
- Tussen 17.00-18.00uur
- Aanbod van kinderthee (suikervrij/cafeïnevrij) en/of water
- *Baloe hanteert maximaal 2 soepstengel/cracottes per kind*



## Visie op gezonde voeding

Bij Baloe wennen de kinderen van jongs af aan aan gezond en gevarieerd eten. Dit vormt de basis voor een levenslange gezonde voedingsstijl. Het gaat niet alleen om wat er wordt gegeten en gedronken, maar ook om de eetgewoonten. Baloe kiest bewust voor verantwoorde voeding (en deels biologisch) die past binnen de Schijf van Vijf. Biologische producten bevatten minder schadelijke en/of onnodige voedingsstoffen en zijn daarmee gezonder voor jonge kinderen.

### 1. Het aanbieden van vaste en rustige eetmomenten

Baloe streeft naar persoonlijke interactie, waarbij de pedagogisch professionals zich inleven in de belevingswereld van de kinderen en waarbij er ruimte is voor gesprekken en het aanleren van normen en waarden. De eetmomenten worden zorgvuldig georganiseerd en voorbereid om individuele aandacht te waarborgen en het langdurig stilzitten te minimaliseren. Daarbij zijn de eetmomenten voor de kinderen herkenbaar in tijd en ritme. Deze aanpak is gebaseerd op de pedagogische visie van Emmi Pikler, die Baloe inspireert om belangrijke rustmomenten te creëren met voldoende tijd en ruimte voor elk kind.

### 2. Zorg te dragen voor een veilige omgeving

De pedagogisch professionals volgen strikte richtlijnen om een (fysiek) veilige en gezonde omgeving te creëren voor de kinderen. Deze richtlijnen omvatten eisen aan de persoonlijke hygiëne, het algeheel schoonmaken en het bereiden, bewaren, serveren en reinigen van voeding. Daarnaast waarborgen de pedagogisch professionals ook de emotionele veiligheid van kinderen, door in te spelen op de behoefte van kinderen en door het naleven van het vier-ogen-principe en het vaste gezicht-criterium. De pedagogisch professionals fungeren als rolmodellen door een positief voorbeeld te geven en eten daarom samen met de kinderen.

*\*De pedagogisch professionals verzorgen hun eigen maaltijden. Deze maaltijd bestaat uit vergelijkbare producten uit het aanbod van Kinderopvang Baloe.*

### 3. Kindvolgend werken

Kinderopvang Baloe werkt **kindvolgend**. Dat houdt in dat de pedagogisch professionals afwachtend zijn, zij zullen een kind volgen in de behoefte. Pas na een bijkende behoefte en na overleg met de ouder(s)/verzorger(s) bieden de pedagogisch professionals een nieuwe stap of nieuwe voeding aan. Denk hierbij aan bijvoorbeeld fruithapjes, fruitstukjes, brood/beleg, enzovoort. Daarnaast volgt Kinderopvang Baloe ook bij het aanbieden van ontwikkelingskansen de wensen van de kinderen. Hierdoor kan een vast eetmoment sporadisch op een ander tijdstip worden aangeboden.

#### 4. Bevorderen van de ontwikkeling aan de hand van de vier pedagogische basisdoelen

Het waarborgen van de pedagogische basisdoelen en het bevorderen van de ontwikkeling staan tijdens elk moment van de dag centraal, zo ook aan tafel. De pedagogisch professionals zetten zich in voor:

- **Een positieve sfeer aan tafel**
  - Ruimte voor interactie, ruimte voor inleven in de belevingswereld, schikken naar specifieke behoefte van het kind (afstand-nabijheid)
  - Doel: het kind voelt zich gezien en gehoord
  - **Pedagogisch basisdoel: Emotionele veiligheid**
- **Stimuleren van de zelfstandigheid**
  - Kinderen doen ervaringen met het eten met eigen bestek, het inschenken van drinken, het doseren en het maken van keuzes
  - Doel: vergroten van zelfstandigheid-competenties
  - **Pedagogisch basisdoel: Persoonlijke competentie**
- **Stimuleren van sociaal contact**
  - Kinderen aanmoedigen in het aangaan van positieve interacties, oefenen met het delen en het oplossen van conflicten
  - Doel: vergroten van de sociale vaardigheden
  - **Pedagogisch basisdoel: Sociale competenties**
- **Meegeven van normen en waarden**
  - Het overdragen van normen en waarden door tafelgesprekken over diversiteit in eten, eetgewoonten en culturele verschillen
  - **Pedagogisch basisdoel: Normen en waarden**

#### 5. De rol van de pedagogisch professional

Bij Baloe vervullen pedagogisch professionals een cruciale rol. Ze fungeren niet alleen als gezonde rolmodellen, maar passen ook interactievaardigheden toe om een positieve sfeer te creëren en de kinderen te stimuleren. Het principe van 'zien eten, doet eten' wordt actief toegepast. Het voedingsbeleid wordt opgesteld door de beleidsmedewerker en gedeeld met de manager, pedagogisch coach en seniors. Vervolgens wordt het beleid gecommuniceerd naar de pedagogisch professionals op de groep. Eventuele wijzigingen worden organisatiebreed gecommuniceerd. Daarnaast maken het voedingsbeleid, de verantwoorde voeding, de gezonde kinderopvang en de voedselhygiëne standaard deel uit van het inwerktraject voor nieuwe medewerkers.

## Praktische afspraken

Kinderopvang Baloe heeft specifieke praktische afspraken gemaakt die gericht zijn op het stimuleren van gezond eetgedrag en het waarborgen van een gezonde kinderopvang omgeving. Deze afspraken zijn zichtbaar op de groepen en zijn ontwikkeld met het oog op het bevorderen van de ontwikkeling van gezonde eetgewoonten bij de kinderen.

- **Afspraken omtrent verstikkingsgevaar**

Om verstikking te voorkomen zijn er afspraken opgesteld voor de pedagogisch professionals op de groep:

- De pedagogisch professional(s) blijven altijd in de buurt als kinderen eten.
- De pedagogisch professional(s) leren de kinderen rustig te zitten als zij eten.
- De pedagogisch professional(s) zorgt ervoor dat de stukjes voeding (brood, fruit, etc.) niet te groot zijn voor de leeftijd van het kind.
- De pedagogisch professional(s) halveren voeding met hoog verstikkingsgevaar zoals snoeptomaatjes, druiven en bananen in de lengte.

Op deze manier streeft Baloe naar een veilige (eet)omgeving en wordt het risico op verstikking tot een minimum beperkt.

- **Drinken, fles/borstvoeding**

Kinderopvang Baloe biedt meerdere keren per dag **water** en **lauwe kinderthee** aan. De kinderthee is vrij van cafeïne en vrij van suikers. Daarnaast krijgen de kinderen **halfvolle melk** aangeboden tijdens het brood-eetmoment.

Baloe biedt vanaf 6 maanden drinken aan in open bekertjes van gehard plastic. Het drinken uit een open beker bevordert de motorische vaardigheden en de mondspier-ontwikkeling. Dit draagt bij aan de spraak- en taalontwikkeling en daarnaast leert het kind om te doseren. Fles- en borstvoeding worden één op één op schoot gegeven. De pedagogisch professionals van Baloe creëren daardoor belangrijke contactmomenten voor de hechting.

De inname van voldoende vocht wordt gedurende de dag gestimuleerd. Als blijkt dat een kind te weinig vocht binnenkrijgt, wordt dit gecommuniceerd met ouder(s)/verzorger(s) en kan er een plan worden opgesteld om de vochtinname van het kind extra te stimuleren.

Bij het verzorgen van zuigelingenvoeding houdt Baloe zich aan de volgende afspraken:

- Borstvoeding of flesvoeding wordt met een **flessenwarmer** opgewarmd.
- Flesvoeding dat bereid is voor de gehele dag, wordt **niet** geaccepteerd.
- Flesvoeding dient droog verpakt meegegeven te worden.

*\*Kinderopvang Baloe heeft geen loden waterleidingen. Indien gewenst mogen ouders/verzorgers mineraalwater voor hun kinderen voorzien.*

- **Allergieën en/of andere individuele wensen**

Bij Baloe wordt het formulier "Aanvullende kind-informatie" gebruikt om voedingswensen en allergieën te registreren. Dit formulier wordt tijdens het inschrijfproces besproken met zowel de ouder(s)/verzorger(s) als de mentor van het nieuwe kind. Indien nodig kan het voedingsaanbod worden aangepast. Alternatieve producten worden door receptie overwogen, op voorwaarde van betaalbaarheid en beschikbaarheid bij de leverancier. De voedingswensen, allergieën en bijzonderheden worden geregistreerd in het groepsportaal Flexkids, waardoor ze gemakkelijk kunnen worden geraadpleegd door de pedagogisch professionals.

\*Bij pinda-allergieën wordt pindakaas volledig uitgesloten, met een extra optie van hartig beleg op brood voor de betreffende kinderen.

Allergieën komen vaak voor en het is dan ook niet uit te sluiten dat er meerdere kinderen binnen de opvang bij Baloe te maken hebben met een allergie. Hierdoor bestaat de mogelijkheid op een allergische reactie tijdens de opvang. Het risico hierop wordt te allen tijde zoveel mogelijk beperkt, maar een allergie kan ook (nog) onbekend zijn. De pedagogisch professionals kunnen via het intranet van Baloe, PLEK, een informatieve poster vinden die op de groep kan worden opgehangen. Deze poster brengt de meest voorkomende typische allergische reacties in kaart en geeft de pedagogisch professionals handvatten in het handelen bij een allergische reactie.

- **Feest en traktaties**

Bij Baloe vieren kinderen hun verjaardag in hun eigen (stam)groep en mogen ze trakteren. Ouder(s)/verzorger(s) vrij zijn om de traktatie te kiezen, hierin benadrukt Baloe **gezonde traktaties**. Rond de verjaardag bespreekt de pedagogische professional (mentor van het kind) met de ouder(s)/verzorger(s) de traktatie en benadrukt het belang van gezond trakteren. Als onverwacht een ongezonde traktatie wordt aangeboden, wordt dit bij de spullen van de kinderen opgeruimd. De pedagogisch professionals benoemen de meegebrachte traktatie bij het ophaalmoment. Bij de BSO is trakteren niet vanzelfsprekend, maar het is mogelijk na overleg met de pedagogisch professionals. Een kookactiviteit kan ook als alternatieve 'traktatie' dienen.

Informatie en inspiratie voor gezonde traktaties is te vinden op:

<https://www.voedingscentrum.nl/nl/thema/trakteren-voor-kinderen-kindertraktaties>

\*Zelfbereide traktaties moeten, tenzij goed gekoeld, binnen twee uur worden geconsumeerd.

\*Bovenstaande afspraken gelden ook voor traktaties door de pedagogisch professionals, met de focus op hun voorbeeldfunctie.

- **Uitzonderingen**

Bij speciale gelegenheden zoals Pasen, het Voorleesontbijt, Sint Maarten, Sinterklaas, Kerst, en (zomer)feesten organiseert Baloe extra activiteiten en traktaties voor de kinderen. Dit varieert van speciale lunches tot zelfgemaakte traktaties. Op die momenten wordt er een afwijkend voedingsaanbod aangeboden als uitzondering. Baloe communiceert deze momenten altijd naar de ouder(s)/verzorger(s), zodat zij op de hoogte zijn van de afwijking in het voedingsaanbod.

- **De (eerste/warme) maaltijden**

Bij Baloe draait alles om de zorgvuldigheid als het gaat om de eetmomenten voor de kinderen. Daarbij communiceren de pedagogisch professionals goed met de ouder(s)/verzorger(s). Zo begint het introduceren van **vast voedsel** na overleg en in afstemming (rond de zes maanden). Daarnaast wordt de inname van voeding en van vocht gedeeld met de ouder(s)/verzorger(s). Op de babygroepen wordt het gehele eet- en drinkpatroon besproken tijdens de overdracht - tevens in te zien via Ouderportaal. Op de peutergroepen/peuteropvang en de buitenschoolse opvang worden alleen bijzonderheden gedeeld, zoals gezamenlijk eten, koken of afwijkingen in het aanbod. Kinderopvang Baloe biedt geen warme maaltijden aan, maar ouder(s)/verzorger(s) kunnen voeding meegeven die opgewarmd kan worden. Dit gebeurt in overleg met de pedagogisch professionals.

\*Eigen gemaakte warme hapjes worden bevroren meegegeven, terwijl hapjes uit een potje op kamertemperatuur gegeven worden.

\*Warme hapjes worden opgewarmd in een flessenwarmer.

- **Groepsgrootte tijdens het eetmoment**

Bij Baloe organiseren we eetmomenten op een manier die aansluit bij de leeftijd en behoeften van de kinderen. De eetmomenten worden klein en intiem verzorgd. Dit geeft rust en persoonlijke aandacht, volgens de Emmi Pikler visie die we omarmen.

- **0 tot 1 jaar**

- Maximaal vier baby's per begeleider aan tafel. Met ruimte voor rust en persoonlijke aandacht. Flesvoeding wordt één-op-één gegeven op schoot

- **1 tot 4 jaar**

- Grote groepen worden verdeeld. Met ruimte voor individuele aandacht en (sociale) veiligheid, om een gezellige sfeer te creëren.

- **4 tot 13 jaar**

- Grote groepen worden verdeeld over meerdere tafels. Ruimte om de zelfstandigheid en de sociale interactie te stimuleren. Met voldoende tijd en ruimte om te genieten van de maaltijd zonder onnodig lang aan tafel te zitten.

- **Inkoop van producten**

Baloe doet inkoop bij Braspa en/of bakker Kaskes. Indien er producten niet verkrijgbaar zijn, wordt er zo nodig bij een buurtsupermarkt ingekocht. De pedagogisch medewerkers kunnen via een bestellijst producten voor de komende week aanvragen. Alleen producten die op de bestellijst staan kunnen worden besteld, anderen moeten eerst met de manager worden besproken. Het Hoofd Huishoudelijke Dienst bestelt de producten op aanvraag en als aanvulling op het voedingsaanbod. De temperatuur van producten worden (steekproefsgewijs) gecontroleerd bij de hoofdlocatie en indien nodig ook bij buitenlocaties.

## Algemene voedingshygiëne

Kinderen zijn vatbaar voor ziektekiemen en kunnen bacteriën snel verspreiden. Het handhaven van hygiëne is daarmee belangrijk voor de gezondheid en het welzijn van zowel de kinderen als de betrokken professionals, ouders/verzorgers en anderen. Kinderopvang Baloe heeft richtlijnen opgesteld om de verspreiding van ziektekiemen te minimaliseren en de kans op ziekte onder kinderen te verminderen. Deze richtlijnen zijn beschreven in verschillende werkinstructies, maar de kernpunten worden hieronder samengevat:

### Voorbereiden

- De handhygiëne wordt strikt nageleefd. Dit houdt in dat voor, tijdens en na elke handeling (ter (voor)bereiding van voeding) de handen worden gewassen.
  - Dit geldt voor eenieder die (in)direct in contact komt met de voeding.
- Ingevroren voeding wordt afgedekt in de koelkast ontdooid tot de kern.
- De omgeving en de materialen dienen schoon te zijn.
- Groenten, fruit en kruiden worden gewassen, ook als het wordt geschild.
- Werkinstructies behorend tot het voorbereiden van voeding zijn terug te vinden in “Werkinstructie Hygiëne” van Kinderopvang Baloe.

### Bereiden

- Rauwe en bereide voeding wordt van elkaar gescheiden.
- Voeding wordt verhit tot in de kern van het product.
- Het gebruik van rauwe kip of rauw ei is verboden.

### Serveren

- Bij uitstapjes en dergelijke wordt er gebruikgemaakt van een koelbox
- Brood dat onverpakt op tafel heeft gestaan en niet is gegeten wordt weggegooid
- Producten die koel bewaard moeten worden mogen niet langer dan een half uur buiten de koelkast worden geplaatst
  - Producten die langer dan een half uur buiten de koelkast zijn geweest moeten binnen 2 uur worden opgegeten, anders wordt het weggegooid.

### Temperatuur

- Temperatuur koelkast: min. 4 °C en max. 7 °C.
- Temperatuur vriezer min. -18 °C.

## Bewaren

- Overgebleven voeding en voedingsresten worden weggegooid.
- Overgebleven fruit mag worden gebruikt voor (ingevroren) fruit happen
  - Met de datum en inhoud genoteerd, max. 3 maanden in de vriezer.
- Een kapotte verpakking kan de kwaliteit van de producten niet waarborgen
  - Dit product wordt weggegooid of opnieuw afgesloten verpakt
- Gekoelde producten worden zo snel mogelijk in de koeling opgeslagen.
- De datum van openen wordt genoteerd op geopende voedingsproducten.
  - Geopende voeding wordt afgesloten en in de verpakking bewaard.
- Iedere vrijdag wordt de koelkast nagekeken op bederfelijke producten.
- Bij het aanvullen van de goederen wordt er gewerkt volgens het first in first out systeem (FIFO), daarbij wordt de houdbaarheidsdatum gecontroleerd
  - Producten die een kortere houdbaarheidsdatum hebben worden naar voren geplaatst om verspilling te voorkomen.
- Voor het bewaren zijn richtlijnen gevormd, zie hiervoor de bijlage van dit voedingsbeleid: Bijlage 1: Bewaarlijst verse voeding.

## Reinigen

- Keukenapparatuur, keukengereedschap en werkoppervlakken moeten na gebruik grondig worden schoongemaakt.
- De ruimten waar de voedingsverzorging plaatsvindt moeten dagelijks worden gereinigd.
- Reinigingsmiddelen nooit in de buurt van voedingsmiddelen bewaren.
- De werkinstructie omtrent reinigen is terug te vinden in de “Werkinstructie Hygiëne” van kinderopvang Baloe.



## Voedingshygiëne omtrent borst/flesvoeding

Binnen Kinderopvang Baloe zijn specifieke richtlijnen en afspraken met betrekking tot borst- en flesvoeding. Deze zijn opgesteld om de verspreiding van ziektekiemen te beperken en de kans op ziekte onder kinderen te verminderen. Deze richtlijnen zijn beschreven in verschillende werkinstructies, maar de kernpunten worden hieronder samengevat:

### Voorbereiden

- Flesvoeding (poedervorm) of borstvoeding wordt door ouder(s)/verzorger(s) meegegeven in een gedoseerde hoeveelheid. Met op de verpakking een naam en datum vermeld.
- Ingevroren borstvoeding wordt ontdooid in de koelkast.
- Ouder(s)/verzorger(s) dienen borstvoeding te leveren die voldoende gekoeld of ingevroren is.

### Bereiden

- Flesvoeding wordt bereid met koud leidingwater en vervolgens verwarmd met een flessenwarmer, of de flesvoeding wordt bereid met gekookt water en aangevuld met koud leidingwater. Borstvoeding wordt verwarmd met een flessenwarmer.
- Ouder(s)/Verzorger(s) mogen hun kind(eren) voorzien in mineraalwater.
- Het gebruik van warm (leiding)water is niet toegestaan vanwege het hoge metaalgehalte.

### Serveren

- Flesvoeding mag niet langer dan één uur buiten de koeling staan tijdens het voeden.
- Borstvoeding wordt op de dag van 'ontvangst' bereid.
- Om verspilling te voorkomen wordt er een passende hoeveelheid opgewarmd.
- Opgewarmde borstvoeding mag niet opnieuw worden verwarmd, of continu verwarmd blijven, vanwege potentiële bacteriegroei en het risico op voedselvergiftiging.

### Temperatuur

- Flesvoeding wordt opgeslagen in een koele en droge omgeving.
- Borstvoeding wordt achter in de koelkast bewaard, niet warmer dan 4 °C, en dient binnen 48 uur gebruikt te worden.
- Borstvoeding is bij kamertemperatuur (tussen de 16 °C en 29 °C) al warm genoeg om te geven en mag niet warmer worden dan lichaamstemperatuur (37°C), om verlies van beschermende stoffen en vitaminen te voorkomen.

### Bewaren en reinigen

- Overgebleven voeding wordt weggegooid en niet opnieuw opgewarmd.
- Geopende verpakkingen (poedervorm) flesvoeding blijft maximaal 4 weken houdbaar, waarbij de openingsdatum op de verpakking wordt genoteerd.
- De flessen worden gereinigd met heet sop en een flessenborstel of in de afwasmachine op een lang wasprogramma van minimaal 55°C.
- De flessen en fopspeen worden dagelijks gesteriliseerd. Met uitzondering van de bibspeen, die in een bak met heet water wordt gesteriliseerd.
- De fles wordt ondersteboven op een schone, droge doek gedroogd.

## Bijlage 1: Bewaarlijst verse voeding

De volgende lijst geeft inzicht in de bewaaradviezen die kinderopvang Baloe nastreeft. Bij het openen van een product wordt de datum van openen op het product genoteerd. De open-datum kan worden gebruikt om vooruit te rekenen tot houdbaarheid, zoals weergegeven in de lijst hieronder. Het algemene uitgangspunt in het bewaren van voeding is om goed te kijken, te ruiken, eventueel te proeven en door een inschatting te maken of het product kan worden genuttigd.

In de volgende lijst staan de richtlijnen m.b.t. houdbaarheid, per product vanuit het aanbod van Kinderopvang Baloe:

Vers product	Wijze van bewaren (open)	Houdbaarheid na openen verpakking of aansnijden
Fruit		
Aardbei, appel, druiven, framboos, kiwi, peer, perzik, nectarine	In de koelkast	Appels en peren (2-4 weken) Perziken en nectarines (3-7 dagen) Kiwi (1-3 weken) Druiven (7 dagen) Aardbeien (1-3 dagen)
Ananas, banaan, citroen, mandarijn, mango, meloen, pruimen en sinaasappel	Kamertemperatuur, fruitschaal.	Banaan (1 week) Ananas (3-7 dagen) Mango (8 dagen) Meloen (1-7 dagen) Sinaasappel, mandarijn, citroen (1-2 weken)
Groente		
Komkommer	Kamertemperatuur, fruitschaal. Bewaar een gesneden komkommer wel in de koelkast.	Bederf herken je snel door goed te kijken, ruiken of proeven.
Tomaat	Kamertemperatuur, fruitschaal.	Bederf herken je snel door goed te kijken, ruiken of proeven.
Paprika	Kamertemperatuur, fruitschaal. Bewaar een gesneden paprika wel in de koelkast.	Bederf herken je snel door goed te kijken, ruiken of proeven.
Wortel	In de koelkast	Bederf herken je snel door goed te kijken, ruiken of proeven.
Brood, crackers, maiswafels + broodbeleg		
Brood	Kamertemperatuur in	2-4 dagen buiten de vriezer. In

	kast/broodtrommel.	vriezer 1 maand.
Volkoren cracottes	Kamertemperatuur in kast.	1 maand
Maiswafel	Kamertemperatuur in kast.	1 maand
Soepstengels	Kamertemperatuur in kast.	2 - 5 dagen
Pindakaas	Kamertemperatuur in kast.	1 jaar
Hummus	In de koelkast	5-10 dagen
Appelstroop	Kamertemperatuur in kast.	1 jaar
Jam	In de koelkast	1 jaar
Groentespread/Groente Goed	In de koelkast	Na openen beperkt houdbaar. Bederf herken je snel door goed te kijken, ruiken of proeven.
Kipfilet	In de koelkast	3-5 dagen
Zuivel		
Halfvolle melk	In de koelkast	3-5 dagen
Karnemelk	In de koelkast	4-6 dagen
Halvarine	In de koelkast	1 maand
Verse roomkaas	In de koelkast	4 dagen
Blok jonge kaas 30+	In de koelkast Bewaar kaas in de koelkast in een gesloten verpakking, bij voorkeur in kaaspapier of folie om zweten te voorkomen.	2 weken
Eieren	In de koelkast bewaren bij voorkeur in doos in de koelkast.	4 weken
Poedermelk (zuigeling) in bus	Kamertemperatuur in kast.	4 weken (noteer datum van openen op bus).
Poedermelk (zuigeling in doseerbakjes)	Kamertemperatuur in kast.	Elke dag nieuwe voeding vragen.