

Maten på I Ur och Skur Hattstugan

Maten som serveras på I Ur och Skur Hattstugan är ett komplement till maten som serveras hemma.

Målsättning och vision

Erbjuda en hälsosam och näringsrik mat som attraherar alla våra sinnen. Våra måltider är en trevlig stund med avkoppling och njutning.

Maten och måltiden ska vara en källa till glädje, upplevelser, hälsa och njutning. Maten hemlagad och till största del närodlat och ekologisk.

Våra tankar kring maten och matsituationer går hand i hand med Skolverkets läroplan för förskolan 2018, i fortsättningen kallad Lpfö18 där barnen ska ställas inför nya utmaningar som stimulerar lusten att erövra nya färdigheter, erfarenheter och kunskaper.

Närodlat och ekologiskt

Vi strävar efter att handla närodlat och ekologiskt. Vi tar tillvara på säsongodlad frukt och rotfrukter. Frukt och bär köps/plockas under hösten. Vi får äpplen och bär från ”Hattisfamiljer”. Vi köper varor från Norrmejerier till exempel mellanmjölk, fil, grädde och smör. Vi väljer ekologiska alternativ vid köp av mjöl, havregryn, flingor och pasta. Vi använder frysta grönsaker istället för konserverade. Vi kokar egna bönor.

En positiv framtidstro ska prägla utbildningen. Utbildningen ska ge barnen möjlighet att tillägna sig ett ekologiskt och varsamt förhållningssätt till sin omgivande miljö och till natur och samhälle. Barnen ska också ges möjlighet att utveckla kunskaper om hur de olika val som människor gör kan bidra till en hållbar utveckling- såväl ekonomisk och social som miljömässig. (Lpfö18, s.9)

Hemlagat

Vi lagar i stort sett all mat från grunden och bakar vårt matbröd. Vi för vidare vårt kulturarv genom att vi bakar traditionella kakor/bullar vid våra högtider.

Förskolan ska ge varje barn förutsättningar att utveckla sin kulturella identitet samt kunskap om och intresse för olika kulturer och förståelse för värdet av att leva i ett samhälle präglad av mångfald. (Lpfö18, s.14)

En kväll i början av terminen har vi arbetskväll då äter vi middag tillsammans alla barn, vårdnadshavare och personal. Vi bjuder in till föräldrafika någon gång per år. Till julen bakar vi pepparkakor och lussekatter som vi bjuder våra nära och kära på vid vårt Luciafika och på vår julfest. Vi äter julbord strax före jul och serverar påsklunch med traditionella innehåll. I slutet av terminen bjuder vi in vårdnadshavarna till en sommarfest.

I förskolans uppdrag ingår att överföra och utveckla ett kulturarv-värden, traditioner och historia, språk och kunskaper- från en generation till nästa. (Lpfö18, s.9)

Minskat socker

Vi serverar mixade bär istället för köpt sylt. När vi serverar saft är den hemkokt. När vi kokar varm choklad är det en sträv variant med kakao och lite socker. Vi äter turkisk yoghurt/kvarg till fruktsalladen.

Fetter

Vi använder Norrgott, bakar i smör och använder rapsolja vid matlagning.

Torkugn

Vi torkar bär och frukter i vår torkugn och gör bland annat äppelchips och fruktmattor av mixad frukt.

Odlar själva

På vår gård har vi en egen liten odling av potatis, ärtskidor, morötter, sallad, smultron, rabarber, vinbär och kryddor. Vi har två äppelträd och ett päronträd som står på tillväxt. Barnen är delaktiga i arbetet genom att vara med från att vi sätter frön, fram till skörd.

Inköp

Vi handlar varor från ICA i Skelleftehamn och får den hemkörd. Någon gång per termin åker vi och storhandlar på Willys.

Våra olika måltider

I enlighet med förskolans läroplan är det viktigt för oss ”att barnen erbjuds en god miljö och en väl avvägd dagsrytm med både vila och aktiviteter som är anpassade efter deras behov och vistelsetid.” (Lpfö 18, s.7).

Frukost

Varje dag kl. 08.00 serverar vi frukost. Till frukost serverar vi fil eller gröt tillsammans med mixade bär, hårdbröd och ibland mjukt bröd. Som pålägg har vi alltid ost och kaviar samt att vi varvar mellan att servera ägg, salami och leverpastej. Som dryck serverar vi vatten.

Frukt

Vi äter frukt varje dag, vid fruktstund på förmiddagen, eller vid mellanmålet.

Lunch

Vi börjar lunchen med en grönsaksbuffé. Där erbjuds både sallader, bönor och separata skålar med olika grönsaker. Sedan serverar vi en huvudrätt med vatten. Mjök serveras vid vissa maträtter, t.ex. soppa. I vanliga fall uppmuntrar vi att barnen tar för sig av maten själv, men under Coronapandemin är det personalen som serverar mat och grönsaker.

Förskolan ska ge varje barn förutsättningar att utveckla intresse för och förmåga att uttrycka tankar och åsikter så att de kan påverka sin situation, förmåga att ta ansvar för sina egna handlingar och miljön i förskolan. (Lpfö18, s.16).

Mellanmål ”mellis”

Varje dag kl. 14.00 äter vi mellanmål. Vi tar hänsyn till vad barnen ätit till lunch när vi serverar ”mellis”. Till exempel smoothies, gröt/fil, varma mackor, bananplättar och hembakat matbröd samt hårt bröd med varierande smörgåsmat. Vi serverar kall eller varm dryck beroende på årstid. Vi har alltid en frukt som efterrätt.

Rutiner vid måltider

Före våra måltider samlas vi och sjunger en matsång. Veckans Mille presenterar dagens maträtt och säger en matrams och sedan skickas barnen en och en till handtvättning, innan vi sätter oss vid borden/i grillkåtan. Vi är hjälpsamma under måltiderna och tränar ett gott bordskick. Ibland hjälper barnen till att duka på och av bordet. Vi sitter vid flera bord så att barnen delas in i mindre grupper för att ge matro och för att ge varje barn mer taltid för trevliga samtal under måltiden. Vi arbetar med språklig medvetenhet och använder ett rikt ordförråd vid samtalen runt bordet.

Platsen för våra måltider

Vi äter våra måltider på olika platser beroende på vad vi har för aktiviteter och vad det är för väder. Under den kalla årstiden äter de yngsta barnen inne och de äldre barnen äter sina måltider i kåtan. Frukosten och lunchen äter vi ute i vår trädgård maj-oktober vid blåst eller

regn äter vi i grillkåtan. ”Mellis” äter vi oftast i grillkåtan förutom maj-september då vi äter den utomhus. Vi tar ofta med oss mat på våra utflykter. Då har vi bra mat termosar, alternativt lagar mat på muurika över öppen eld eller på stormkök

Tillagning av mat

Största delen av vår matlagning sker inomhus. Ute på vår gård har vi en eldstad i arbetshöjd där vi kan laga mat. Vi har en eldstad i grillkåtan där vi kan baka bröd eller grilla korv. Vi har flera olika typer av muurikor, en gammeldags plättagg, en popcornsgryta för utomhus ”popping” vid festliga tillfällen och två stormkök. Vi har fina mattermosar för att ta med maten på utflykter.

Barnens delaktighet

Barnen får gärna hjälpa till att duka på och av bordet. (Ej under pandemin). Vi bakar bröd tillsammans med barnen. På skogsmulle lär sig barnen att laga mat på stormkök. Barnen turas om att vara Veckans Mille, då barnen har flera olika uppdrag, bl.a presentera lunchen. Varje barn får minst två gånger under året baka något att ta med hem.

När barnen fyller år har de önskelunch. Det innebär att födelsedagsbarnet får välja vad vi ska servera för lunch då vi firar barnet. De äldre barnen (4-5 år) får hjälpa till att laga sin önskelunch.

Utbildningen ska ge varje barn möjligheter att utforska, ställa frågor och samtala om företeelser och samband i omvärlden och på så sätt utmana och stimulera deras intresse för hälsa och välbefinnande samt för hållbar utveckling. Lpfö18, s.10.

Samverkan med vårdnadshavarna:

Varje familj bidrar med två liter bär som vi kan koka sylt och göra smoothies av. Vi besöker några familjer och plockar äpplen och rabarber i deras trädgård. Dessa burkar märks för spårbarhetens skull med datum och med namn på varifrån de kommer.

Fria Förskolors nätverk

En gång per år träffas alla kokerskor från alla fria förskolor i Skellefteå för att dela erfarenheter och få gemensam kontinuerlig utbildning med t.ex. Anticimex.

Miljöarbete

Varje vecka utser vi ett barn som får vara Veckans Mille. Under veckan får barnet hjälpa till med olika uppdrag, som att presentera lunchen och baka något att ta hem och bjuda sin familj på.

Vi sorterar förpackningar från köket och går med dem till återvinningen. Vi har en matkompost som vi använder delar av året. Vi har även en brun tunna för matrester att använda.

Förskolan ska ge varje barn förutsättningar att utveckla förståelse för samband i naturen och för naturens olika kretslopp samt för hur människor, natur och samhälle påverkar varandra, samt förståelse för hur människors olika val i vardagen kan bidra till en hållbar utveckling. (Lpfö18, s.14.)

Återträff med gamla ”Hattisbarn”

En kväll i maj bjuder vi in gamla ”Hattisbarn” som går i förskoleklass, årskurs ett och två. Tillsammans med dem äter vi middag och leker i vår trädgård.

Hygienutbildning

Personalen har gått en kökshygienutbildning via Anticimex.