

PRINCIPPER STILLING SKOLE



12. Kost

Vedttaget 15.12.2021

Kost og motion har betydning for læring. Derfor har Stilling Skole en kostpolitik, hvor hovedformålet er, at eleverne får sunde kostvaner og dagligt tilbydes at købe sund mad i kantinen.

Muligheden for på skolen at få daglig, sund kost går hånd i hånd med skolens idrætspolitik om, at alle elever har motion og bevægelse som en integreret del af skoledagen.

Stilling Skole ønsker med kostpolitikken at være med til at skabe sunde kostvaner for alle elever. Målet er at hjælpe elever til at træffe sunde kostvalg og at forebygge overvægt og livsstilsrelaterede sygdomme.

Kostprincippet skal

- medvirke til at sikre, at udbuddet af mad og drikke, der serveres for elever i kantinen, i Soffen og på klubben, lever op til de officielle kostråd i Danmark. I praksis betyder det, at mad og drikke skal være frisk, sund og ernæringsrigtig
- medvirke til at sikre, at der er et tilstrækkeligt bredt sortiment af mad og drikkevarer, og at det dagligt er muligt at købe både kolde og lune retter
- være med til at understøtte gode rammer for indtagelse af måltider, der underbygger socialt samvær og fællesskab og dermed også trivsel i klassen. Når mad serveres og spises på Stilling Skole, skal der lægges vægt på, at maden ser indbydende ud, og at der skabes en god stemning for dem, der skal spise. På Stilling Skole spiser medarbejderne og eleverne sammen, indtil frikvarteret starter
- sikre, at eleverne undervises i hhv. sund kost (herunder kostrådene), livsstil og sammenhængen mellem kost, motion og bevægelse. Undervisningen gennemføres såvel i indskoling, på mellemtrinnet som i udskoling
- være med til at muliggøre, at vi kan fejre højtider og andre festlige lejligheder så som skolefest