



Villa Kakelbont

kinderdagverblijf

Voedingsbeleid Villa Kakelbont

Herzien maart 2025

Inhoudsopgave

Inleiding	3
Gezonde voeding volgens de Schijf van Vijf	3
Eetmomenten	4
Allergieën en individuele afspraken	4
Traktaties en feestjes	4
Voedingsaanbod voor kinderen tot 1 jaar	5
Drinken	5
Eten	5
Voedingsaanbod voor kinderen van 1 tot 4 jaar	7
Drinken	7
Eten	7
Voedingsaanbod	9
Voedselveiligheid en hygiëne	9
Duurzaam omgaan met voeding	11
Leveranciers	11
Bijlage: traktatie voorbeelden	12

Inleiding

Bij Villa Kakelbont zorgen we voor een gezond en gebalanceerd voedingsaanbod en maken we gebruik van dit voedingsbeleid. We volgen een vast dagritme, maar voor de jongste kinderen houden we het ritme van thuis aan. Zodra zij eraan toe zijn, gaan deze kinderen mee in ons dagritme van Villa Kakelbont.

Ouders kunnen aangeven als hun kind bepaalde producten (nog) niet mag of als er andere voedingswensen zijn. Bij allergieën of diëten maken we individuele afspraken, zodat elk kind veilig en prettig kan eten.

Tijdens speciale themaweken maken we soms uitzonderingen van vaste voedingsaanbod en bakken we bijvoorbeeld kruidnoten met Sinterklaas of maken we een tosti met de kinderen. Ook als een product niet standaard in ons beleid staat, maar wel binnen de Schijf van Vijf past, kunnen we dit incidenteel aanbieden. U wordt hierover altijd vooraf geïnformeerd via de themabrief.

Gezonde voeding volgens de Schijf van Vijf

Het voedingsbeleid van Villa Kakelbont is gebaseerd op de richtlijnen uit de Schijf van Vijf van het Voedingscentrum. Wij vinden het belangrijk om kinderen gezonde voeding aan te bieden en zo positief bij te dragen aan hun ontwikkeling. Wij bieden daarom voornamelijk producten aan uit de Schijf van Vijf:



De Schijf van Vijf bestaat uit 5 vakken, met in elk vak andere type producten. De producten die in de Schijf van Vijf staan zijn volgens de laatste wetenschappelijke inzichten goed voor je lichaam. Als je eet volgens de Schijf van Vijf krijg je daarnaast voldoende mineralen, vitamines, eiwitten, koolhydraten, vetten en vezels binnen. Het Voedingscentrum adviseert om elke dag een bepaalde hoeveelheid te eten uit elk vak. Die aanbevolen hoeveelheden zijn per leeftijd en geslacht verschillend. Daarnaast geeft het Voedingscentrum het advies om binnen de verschillende vakken te variëren.

Eetmomenten

Bij Villa Kakelbont hanteren wij vaste eetmomenten. Dit zorgt voor een herkenbaar ritme en dat levert de kinderen rust op. We eten bij alle tafelmomenten gezamenlijk aan tafel. Dit is gezellig en het zorgt voor duidelijke eetmomenten. We nemen rustig de tijd om te eten en zorgen voor een fijne sfeer, maar we tafelen niet te lang.

Onze pedagogisch medewerkers geven het goede voorbeeld aan tafel. Zij zitten samen met de kinderen aan tafel, ze begeleiden de kinderen bij de maaltijd en hebben een voorbeeldfunctie. Zij zullen een gezonde maaltijd eten of eten in hun pauze. Een goed en gezond voorbeeld geven aan kinderen stimuleert de kinderen om gezond te eten.

Onze pedagogisch medewerkers bepalen *wanneer* het kind eet, het kind bepaalt uit een gezond voedingsaanbod *wat* het eet en *hoeveel* het daarvan eet. Een kind voelt zelf goed aan wanneer hij genoeg heeft gegeten of gedronken.

Allergieën en individuele afspraken

Wij houden rekening met allergieën van kinderen. Er is ook ruimte om individuele afspraken te maken wanneer het noodzakelijk is om af te wijken van het voedingsbeleid, bijvoorbeeld bij een dieet of een bepaalde (geloofs)overtuiging. Deze afspraken leggen we schriftelijk vast.

Traktaties en feestjes

Bij verjaardagen hoort een feestje! We adviseren ouders om bij de eerste verjaardag nog niet te trakteren, omdat een eenjarig kind dit nog niet bewust meemaakt of te jong is om dit te begrijpen. Uiteraard vieren wij wel een feestje en zorgen wij voor iets lekkers, zoals een biscuit of een soepstengel, bij het feestje. Indien ouders toch graag willen trakteren vragen wij om een kleine, gezonde traktatie of een niet-eetbaar klein cadeautje.

Vanaf twee jaar mag er getrakteerd worden. Ook dan vragen we ouders een kleine, gezonde traktatie of een niet-eetbaar klein cadeautje te kiezen. Bij grotere traktaties eten we een deel op de groep en mogen de kinderen de rest mee naar huis nemen. In de bijlage van dit document treft u een overzicht met voorbeelden van traktaties.

Bij speciale gelegenheden, zoals een feestweek, bieden we incidenteel andere etenswaren en/of tussendoortjes aan. We letten hierbij op de hoeveelheid suiker, zout en verzadigd vet in deze andere producten.

Voedingsaanbod voor kinderen tot 1 jaar

Drinken

Melkvoeding:

- Met de ouders is besproken of het kind borstvoeding of flesvoeding krijgt.
- Ouders leveren borstvoeding gekoeld of ingevroren (in kleine porties) aan, voorzien van naam en datum.
- Kunstvoeding wordt afgemeten aangeleverd in daarvoor geschikte melkpoederbewaarbakjes. Ouders leveren geen klaargemaakte flesvoeding aan. Tijdens het vervoer, ook in een koeltas, kan de flesvoeding namelijk niet voldoende koud worden bewaard.
- Vanaf de leeftijd van 6 maanden tot 12 maanden kan een kind ook opvolgmelk krijgen. Het kind krijgt nog geen gewone melk tot hij 12 maanden is. Daarin zit te weinig ijzer en goede vetten en te veel eiwit. Pas op het moment dat ouders aangeven dat hun kind gewone melk mag, dan geven wij dit. Soms krijgen kinderen langer borstvoeding of opvolgmelk.

Ander drinken:

- Naast borstvoeding of opvolgmelk krijgen kinderen ouder dan 6 maanden in overleg met de ouders water of [Tootea](#), of wanneer gewenst iets anders (wat door de ouders zelf wordt meegebracht) aangeboden.
- Vanaf ongeveer 18 maanden oefenen we met drinken uit een gewone beker. Indien een kind thuis aan het oefenen is met het drinken uit een beker, dan zullen wij daar ook in mee gaan. Het drinken uit een beker is beter voor de mondmotoriek dan een beker met een tuit. Tenzij anders wordt geadviseerd vanwege de mondmotoriek.
- Een kind hoeft bij ons de beker niet helemaal leeg te drinken. Wij stimuleren kinderen wel om een deel van hun beker leeg te drinken.

Eten

- We starten met het geven van eerste hapjes tussen 4 en 6 maanden in overleg met ouders. We beginnen met de zogenaamde 'oefenhapjes', waarbij het eten goed is geprakt of niet te fijn gepureerd is.
- We adviseren vers gemaakte hapjes. In kant-en-klaar-hapjes zit vaak veel zout. De nieren van jonge kinderen kunnen nog niet veel zout aan. Mocht u als ouders toch kiezen voor een kant-en-klaar-hapje kies dan voor de maaltijd met zo min mogelijk zout.
- Fruit- en groentehapjes worden door ouders zelf verzorgd en meegegeven en door ons aangeboden aan het kind. Wij adviseren ouders te starten met zachte smaken, bijvoorbeeld peer, appel, meloen en banaan. Naarmate het kind beter kan happen en kauwen, zal het stukjes vers fruit vanuit ons aangeboden krijgen. Als ouders aangeven dat hun kind bijvoorbeeld een bepaalde fruitsoort niet mag of echt niet lust, dan zullen wij hier uiteraard rekening mee houden. Daarnaast zullen wij geen fruit aanbieden waarvan bekend is dat kinderen hier sterk op kunnen reageren, tenzij ouders anders aangeven. De pedagogisch medewerkers zijn ervan op de hoogte wat elk kind mag en lust.

- Als ouders het willen, dan kunnen kinderen tot ongeveer 1 jaar aan het einde van de middag een groentehapje krijgen. Ouders zullen deze groentehapjes zelf verzorgen en meenemen. Ook hierbij adviseren wij te starten met zachte smaken, bijvoorbeeld: wortel, bloemkool, courgette of broccoli. Wij bieden dit hapje aan tussen 15:30 uur en 16:00 uur, om ervoor te zorgen dat de kinderen voor 16:30 uur klaar zijn. Kinderen mogen vanaf dat moment opgehaald worden. Wij willen met aandacht de kinderen eten geven, wat minder vanzelfsprekend is als er steeds mensen in en uitlopen tijdens het ophaalmoment.
- In overleg met de ouders gaan we na de leeftijd van 6 maanden de opvolgmelk steeds meer vervangen en gaat het kind steeds meer vaste voeding eten.
- Indien een kind thuis aan het oefenen is met het eten van brood, dan zullen wij (mits ouders dit willen) daar ook in mee gaan.
- Wij geven de kinderen fijn volkorenbrood.
- We besmeren het brood altijd met een beetje halvarine uit een kuipje. Halvarine bevat onverzadigde vetten en vitaminen A, D en E. Tot 12 maanden is meer beleg dan alleen halvarine niet nodig. Als ouders wel graag willen dat hun kind (tot 12 maanden) belegd brood krijgt, dan kunnen ouders dit bij ons aangeven. Vanaf 12 maanden eten kinderen belegd brood, tenzij ouders anders wensen.

Voedingsaanbod voor kinderen van 1 tot 4 jaar

Drinken

- Tijdens het fruitmoment: [Tootea](#) of water. Wanneer ouders andere wensen hebben betreffende het drinken, dan wordt dit door de ouders zelf meegebracht.
- Bij de lunch: halfvolle melk of water. Mocht een kind wegens allergie geen halfvolle melk mogen, dan vragen wij ouders een melkvervanger (bij voorkeur met toegevoegde calcium en vitamine B12) mee te geven of bieden wij water aan. Melk is belangrijk vanwege calcium en vitamines B2 en B12.
- In de namiddag: drinkyoghurt of magere yoghurt. Als een kind geen drinkyoghurt mag, dan bieden wij Tootea of water aan. Wanneer ouders andere wensen hebben betreffende het drinken, dan wordt dit door de ouders zelf meegebracht.
- Wanneer kinderen gedurende de dag op andere momenten iets willen drinken, dan mogen ze altijd een bekertje water drinken.

Eten

Fruitmoment:

- Het fruitmoment vindt in de ochtend rond 9:30 uur plaats. Wij zitten ongeveer een half uur aan tafel met de kinderen.
- Er wordt een mix van verschillende fruitsoorten klaargemaakt. Wij bieden de kinderen peer, appel, banaan en kiwi aan. Incidenteel ook seizoensfruit. Het fruit wordt in stukjes gesneden. Als ouders aangeven dat hun kind bijvoorbeeld een bepaalde fruitsoort niet mag of echt niet lust, dan zullen wij hier uiteraard rekening mee houden.
- Kinderen vanaf twee jaar eten fruit (appel en peer) met de schil. In de schil zitten goede voedingsstoffen, zoals vezels en vitamines. Ook gooien we minder eten weg, door de schil op te eten.
- Ieder kind krijgt een eigen bakje met daarin verschillende soorten fruit. De kinderen eten met een vorkje het fruit uit hun bakje.
- Wij stimuleren de kinderen om al het fruit op te eten.
- Nadat de kinderen het fruit en drinken op hebben, krijgen ze nog één volkoren biscuit.

Lunch:

- Het eten van boterhammen vindt aan het einde van de ochtend rond 11:30 uur plaats. Wij zitten ongeveer een half uur aan tafel met de kinderen.
- Wij geven de kinderen fijn volkorenbrood.
- We besmeren het brood altijd met een beetje halvarine uit een kuipje. Halvarine bevat onverzadigde vetten en vitamines A, D en E.
- De kinderen mogen zelf kiezen welk broodbeleg zij op hun boterham willen. Bij de eerste boterham mogen de kinderen kiezen uit: EruKids smeerkaas, zuivelspread, boterhamworst, kipfilet of pindakaas. Bij de tweede boterham mogen de kinderen daarnaast kiezen uit: appelstroop, jam, vruchtenhagel of gestampte muisjes.
- Wij stimuleren de kinderen om minimaal één boterham te eten. Een kind voelt zelf goed aan wanneer hij genoeg heeft gegeten. Op basis van de Schijf van Vijf mag een kind tussen de één en drie jaar tussen de twee en drie boterhammen eten. Wij geven de kinderen daarom maximaal drie boterhammen. Hoeveel eetlust een kind heeft kan per dag verschillen. Vaak zien wij wel dat kinderen bij ons meer eten dan thuis, doordat ze bij ons intensiever spelen en andere kinderen zien eten.

Beleg:

- Wij bieden [EruKids](#) smeerkaas aan. Geen gewone smeerkaas, hier zit namelijk veel zout in. EruKids is mild van smaak, rijk aan calcium en bevat 40% minder vet en 53% minder natrium dan gewone smeerkaas. Hierdoor is EruKids een verantwoorde keuze voor jonge kinderen en is dan ook speciaal ontwikkeld voor kinderen vanaf 6 maanden.
- Wij bieden geen (smeer)leverworst aan. In (smeer)leverworst zit namelijk veel vitamine A. Het kan schadelijk zijn als een kind structureel te veel vitamine A binnenkrijgt. Aangezien het kind thuis al (smeer)leverworst zou kunnen krijgen, bieden wij uit voorzorg geen (smeer)leverworst aan.
- Wij geven kinderen geen producten van rauw vlees, zoals filet américain, ossenworst, carpaccio of niet-doorbakken tartaar. Wij geven ook geen rauwe of voorverpakte gerookte vis. Hierin kunnen ziekmakende bacteriën zitten.
- Wij geven een kind pas pindakaas nadat ouders dit thuis aan hun kind hebben gegeven. Het advies vanuit de GGD en het voedingscentrum is om pinda zo vroeg mogelijk te introduceren. Zodra een kind gewend is aan hapjes kun je pindakaas hieraan toevoegen. Belangrijk is om pindakaas te geven vóór een kind 8 maanden is. Bij een baby met ernstig eczeem of een voedselallergie is het advies te beginnen vóór de leeftijd van 6 maanden (in overleg met een arts of diëtist).
- Als er een kind met een (vermoedelijke) allergie voor pinda's in de groep is, maken we hier specifieke afspraken over. Dit is in overleg met en goed bevonden door de ouders en eventueel de behandelend arts van het kind. Een allergie voor pinda is te herkennen aan de volgende klachten die tussen 1 minuut en 2 uur na het eten van pinda ontstaan: huidreacties (galbulten/netelroos, zwelling in het gezicht of jeuk in en rond de mond), acuut braken, rode tranende ogen, loopneus en piepende in- of uitademing benauwdheid.

Eet- en drinkmoment in de namiddag:

- Dit vindt rond 15:30 uur plaats.
- De kinderen krijgen een beker drinkyoghurt. Kinderen tot twee jaar krijgen magere yoghurt met behulp van een ondiepe lepel of magere yoghurt aangelengd met een beetje drinkyoghurt in een open beker. Dit kunnen de kinderen zelf drinken en hiermee stimuleren wij de zelfredzaamheid en het drinken uit een beker. Yoghurt is dikker dan bijvoorbeeld water, dus voor de kinderen gemakkelijker drinkbaar.
- Naast het drinken krijgen de kinderen één soepstengel, rijstwafel of volkoren cracker en bieden wij schijfjes komkommer en stukjes tomaat en paprika aan.

Voedingsaanbod

Voor kinderen vanaf 1 jaar hebben wij het onderstaande voedingsaanbod. Uitgangspunt hierbij is dat er voornamelijk Schijf van Vijf producten worden aangeboden.

Drinken
• Tootea (dit mag vanaf ca. 6 maanden) • Halfvolle melk • Drinkyoghurt (maximaal één beker) • Magere yoghurt, voor kinderen tot 2 jaar evt aangelengd met beetje drinkyoghurt • Water (kraanwater)
Fruitmoment
• Verschillende soorten fruit: appel, peer, banaan, kiwi en eventueel seizoensfruit. • Volkoren biscuit of digestive biscuit als volkoren koekjes nog te hard zijn (maximaal één biscuit).
Lunch
• Fijn volkorenbrood (maximaal 2 à 3 boterhammen) • Halvarine • Verschillende soorten broodbeleg: FruKids smeerkaas, zuivelspread, boterhamworst, kipfilet, pindakaas, appelstroop, jam, vruchtenhagel en gestampde muisjes.
Eet- en drinkmoment in de namiddag
• Soepstengel • Rijstwafel • Luchtige volkoren cracker • Verschillende soorten groenten: komkommer, tomaat en paprika (bij groep Pippi ook bij de lunch aangeboden).

Voedselveiligheid en hygiëne

Bij Villa Kakelbont gaan we veilig om met het eten van de kinderen in verband met ziekte. Bij het bereiden en bewaren van voeding hanteren wij de onderstaande aandachtspunten. Als richtlijn gebruiken wij hiervoor de Bewaarwijzer met de veilig eten-kaart van het voedingscentrum. Daarnaast gebruiken wij de hygiëncode voor kleine instellingen van de Brancheorganisatie Kinderopvang.

Flesvoeding en borstvoeding

Vorbereiding:

- De flesjes en de doppen van de kinderen zijn voorzien van naam.
- De borstvoeding is voorzien van naam en datum.
- Vooraf maken we de werkplek schoon en wassen we onze handen met water en zeep.

Bereiding:

- We maken de flesvoeding altijd per fles klaar, niet al van tevoren.
- De flesvoeding en borstvoeding verwarmen we in een flessenwarmer of in de magnetron in de juiste stand (zoals ouders aangeven hoe warm de fles moet zijn).
- We laten de melk niet warmer worden dan 30-35 graden (drinktemperatuur). Dit is met name van belang voor borstvoeding, omdat de beschermende stoffen in deze voeding verloren gaan als de melk te warm wordt.

- We druppelen klaargemaakte melk op de binnenkant van de pols om te voelen of deze niet te warm is.

Schoonmaken:

- Melk die overblijft na het voeden spoelen we weg. Tenzij ouders anders aangeven hoe dat wij hiermee om moeten gaan.
- Direct na het drinken spoelen we de fles en speen schoon, eerste met koud water, daarna met warm water.
- De fles en speen maken wij droog met een schone, droge doek. Per dag gebruiken wij tenminste één theedoek die alleen wordt gebruikt voor het droogmaken van flessen en spenen.

Bewaren:

- Borstvoeding: gekoeld aangeleverde borstvoeding plaatsen we zo snel mogelijk uit de tas in de koelkast of diepvries.

Andere voeding

Vorbereiding:

- De handen van de kinderen worden gewassen met water en zeep voor het eten, na toiletbezoek en na het buiten spelen.
- De handen van de pedagogische medewerkers worden gewassen met water en zeep voor het bereiden van voeding, voor het eten, na het aanraken van etenswaren, na het toiletbezoek en na het verschonen van kinderen.
- We zorgen ervoor dat het aanrecht, keukengerei, snijplanken en de tafel schoon zijn.
- Fruit en groenten wassen we grondig om stof, vuil en eventuele bestrijdingsmiddelen te verwijderen.

Bewaren:

- We maken gebruik van een stift om de datum waarop het product geopend is te vermelden op de verpakking van een product. Verpakkingen sluiten we direct na gebruik. We gebruiken afsluitbare bakjes om eten te beschermen tegen uitdrogen, bacteriën, schimmels, gisten en schadelijke stoffen.
- Bederfelijke producten, zoals vleeswaren, leggen we direct na gebruik weer in de koelkast (4 graden Celsius).
- Kannen met Tootes aangelengd met water, bewaren we afgedekt op het aanrecht. Aan het einde van de dag wordt het evt restant weggegooid en de kannen gereinigd.
- Staat op een product 'Gekoeld bewaren' dan hoort het in de koelkast. Producten met het bewaaradvies 'koel bewaren' bewaren we in een donkere ruimte bij een temperatuur van 12 tot 15 graden.
- Geopende producten gebruiken wij niet langer dan is toegestaan volgens de richtlijnen. Na openen wordt:
 - Boter vier weken gebruikt;
 - Melk, drinkyoghurt en boterhamworst drie dagen gebruikt;
 - Appelstroop twee maanden gebruikt;
 - Fijn volkorenbrood één dag gebruikt.
- Producten die de 'ten minste houdbaar tot'-datum hebben overschreden, gebruiken we niet meer.



Duurzaam omgaan met voeding

Bij Villa Kakelbont gooien wij zo min mogelijk eten en drinken weg, verspillen we zo min mogelijk. Dat is beter voor het milieu. Dit doen we door goed te letten op de hoeveelheden die we aanschaffen, klaarmaken en producten correct te bewaren. We houden rekening met de houdbaarheidsdatum en gooien restjes niet zomaar weg.

Dit voedingsbeleid helpt ons om de kinderen van Villa Kakelbont een gezond, gevarieerd en verantwoord voedingsaanbod te bieden en zo bij te dragen aan de ontwikkeling van gezonde eetgewoonten.

Leveranciers

Groenten en fruit: 't Vaantje. De hoeven 1A, 5254 JV Haarsteeg. Tel: 0651302100.

Brood: Bakker Pieter Vermeulen. Mommersteeg 19, 5254VK Haarsteeg. Tel: 0735119567.

Overig: Jumbo. Tel: 0800-0220161

Bijlage: traktatie voorbeelden

Hieronder treft u een overzicht van producten die u zou kunnen gebruiken voor een traktatie. Hieronder staan ook een aantal foto's van voorbeelden van traktaties.

Overzicht mogelijke eetbare producten voor een traktatie:

- Fruit: appel, peer, banaan, mandarijn, meloen, druiven (gehalveerd).
- Groenten: komkommer, wortel, tomaat, paprika
- Eierkoek
- Rozijnen
- Peperkoek
- Soepstengel
- Rijstwafel
- Biscuit
- Knijpfruit
- Hartig: kaas, worst

Een ander idee kan zijn: een leuke foto, kaart, attentie of knutselwerk. Mocht u het willen mag een klein cadeautje ook, zoals gummen, feesttoeters, kleine knuffels, stickers, miniboekjes, stempels, en krijtjes. Controleer hierbij of de cadeaus geschikt zijn voor kleine kinderen en of ze zich er niet in kunnen verslikken. Voelt u nergens toe verplicht en kies wat bij u en u kind past.



