



GEZONDE VOEDING DOORSLAAND SUCCES

Kinderopvangorganisatie de Kinderkorf is dit jaar volledig overgestapt op gezonde voeding. Kinderen worden tijdens hun verblijf getrakteerd op biologische & vegetarische warme maaltijden, bomvol goede voedingsstoffen en vitaminen. Het is een doorslaand succes: de kinderen smullen er van en ouders ervaren het als een groot gemak.

Als ze bij de Kinderkorf iets doen, doen ze het goed. De dagverse maaltijden worden door professionals samengesteld, bereid en aangeleverd. 'We willen niet dat de groepsleidsters zelf gaan kokerellen, want dat gaat ten koste van de opvang. Ze hoeven de maaltijden alleen op te warmen in speciaal daarvoor aangeschafte ovens', zegt directeur en oprichter Silvia Wardenaar. Ze vertelt dat de overstap naar volledig gezonde voeding bedoeld was als een geleidelijk proces, maar dat het razendsnel werd geadopteerd door ouders en kinderen. 'Begin dit jaar was er de keus tussen broodmaaltijden en warme maaltijden, maar inmiddels kiest iedereen voor warm. 'Ouders ervaren het als een groot gemak dat hun kind al een gezonde warme maaltijd heeft genuttigd en de nodige vitaminen heeft binnengekregen op het kinderdagverblijf.'

Vegetarisch & biologisch

De kinderen krijgen dagelijks uitgebalanceerde gerechten voorgeschoteld. 'We hebben bewust gekozen voor de vegetarische en biologische lijn en die valt goed in de smaak', zegt Silvia.

Ouders krijgen het weekmenu toegestuurd en daar staan alle gerechten op. Van groenteburgers met wortelschijfjes en aardappeltjes tot biologische spaghetti bolognese. Zelfs de babyhapjes zijn zeer verantwoord: doperwten, courgette en bloemkool: het komt allemaal voorbij.

'Natuurlijk houden we ook rekening met allergieën, diëten en speciale wensen,' legt Silvia uit. 'Kinderen mogen ook zelf kiezen wat ze eten. Daardoor is er voldoende afwisseling', vult assistent leidinggevende Anita aan. Zij legt ook uit dat eten bij de Kinderkorf een ware belevenis is, waar dagelijks veel aandacht voor is. 'We eten samen, zingen liedjes, het is leuk en leerzaam. Een dagelijks ritueel.'

Verticale groepen

Dankzij de verticale groepen bij de Kinderkorf leren de jonge kinderen van de oudere kinderen, op alle gebieden; dus ook als het op eten aankomt. 'Ze zien wat ze eten (de maaltijden zijn geen prakjes en zien er appetijtelijk uit), leren erover en komen er ook achter hoe ze met

lepel en vork om moeten gaan. Na het eten wordt gezamenlijk opgeruimd en is het tijd om handjes en gezichtjes te wassen', zegt Anita. Naast de warme middagmaaltijd is er ook een dagelijks fruit- en rauwkosthapje en volgt in de namiddag een cracker of soepstengel. Suikerrijke dranken als diksap of appelsap vind je niet meer bij de Kinderkorf. 'Dat hebben we vervangen door water en kinderthee', zegt Silvia. Afgestemd op de leeftijd en behoefte van ieder kind wordt bij de Kinderkorf de ideale dagbalans gezocht voor een optimale verdeling van voedingsstoffen. Het is weer een nieuwe stap in het verantwoord (pedagogisch) beleid dat de Kinderkorf in alle facetten nastreeft. Meer informatie over opvangmogelijkheden? **Neem contact op met De Kinderkorf!**

de Kinderkorf

Amsterdamsseweg 209-A
& 209-B (Amstelveen)
Tureluurweg 2-6 (Diemen)
Telefoon: 020 647 7198
info@kinderkorf.nl
www.kinderkorf.nl

