



# Fakta Maddag 2017

## Antal

Kun 21% af børnehaverne har en fælles madordning, hvor 94% af vuggestuerne har en fælles frokostordning. Det viser en rundspørge til landets kommuner. <sup>1</sup>

## Udfordringer

Hver femte barn i o. klasse får en bemærkning af sundhedsplejerskerne i deres journal – deres mad og måltidsvaner er problematiske. <sup>2</sup>

## Overvægt

Mere end hvert 8. barn i indskolingen (blandt børn fra årgang 2005) er overvægtigt. <sup>3</sup>

## I institution

97% af de 3-5 årige går i daginstitution. <sup>4</sup>

## Vigtigt indsatsområde

Børn får dækket op til 70% af deres daglige energibehov i daginstitutionen. <sup>5</sup>

## Gode vaner

Gode måltidsvaner og sundhedsadfærd grundlægges i barndommen og har indflydelse på livsstilsvaner gennem hele livet. <sup>6</sup>

## Madmod

Vuggestuebørn spiser gerne varieret, men fra 3 års alderen bliver børn ofte mere skeptiske. Når madordninger aktivt inddrager børnene i tilberedning af mad, konkret ved at lade børnene se, dufte, mærke og smage på råvarerne, giver det dem mod på at spise varieret og afhjælper kræsenhed. <sup>7</sup>

## Lighed i sundhed

Madordninger kan ikke alene skabe lighed i sundhed, men er et skridt på vejen - alle børn får det samme at spise, hvorimod madpakker er individuelle og både differentierer børnenes madindtag, og ofte påvirker den sociale interaktion negativt. <sup>7</sup>

## Læring om mad

Når maden tilberedes i selve institutionen, er det lettere at kombinere måltidet med læring omkring maden. <sup>7</sup>

## Sundt og varieret

Frokostmåltidet i daginstitutionen skal være varieret og i overensstemmelse med de officielle kostråd. <sup>8</sup>

---

## Kilder

1. Bureau 2000, jan. 2015
2. Bemærkninger til mad og måltider Temarapport og årsrapport Børn indskolingsundersøgt i skoleåret 2015-2016
3. OPSPORING AF OVERVÆGT OG TIDLIG INDSATS for børn og unge i skolealderen 2014
4. Danmarks statistik, 2013 <http://www.dst.dk/pukora/epub/Nyt/2014/NR146.pdf>
5. Iversen og Sabinsky, Maddannelse, madmod og madglæde, 2011
6. Gubbels et. al 2010
7. Projektet FRIDA (Frokostordninger i dagtilbud 2015) var et samarbejde mellem tre Ph.d. projekter på Aalborg Universitet, København.
8. Bekendtgørelse af lov om dag-, fritids- og klubtilbud m.v. til børn og unge (dagtilbudsloven)