



De gezonde broodtrommel - Odaschool

Waarom dit beleid?

Op onze school eten alle kinderen op school (continurooster). De lunch is onderdeel van het schoolprogramma, daarom hebben we hier beleid voor.

Een goede lunch helpt kinderen om energie op te doen voor de rest van de dag. We vinden drie zaken belangrijk: **gezonde voeding**, **praktisch** (past binnen de pauzetijd) en **gelijkheid** tussen kinderen.

Wat mag er in de broodtrommel?

✓ Wel toegestaan:

- Alle soorten brood en wraps
- Groenten en fruit
- Water, melk, vruchtensap, yoghurtdrink

✗ Niet toegestaan:

- Snoep, koek, chips, crackers
- Snacks zoals worstenbrood en frikandelbrood
- Frisdrank en energiedranken

Let op: Alleen bekertjes en herbruikbare flessen zijn toegestaan (minder afval).

Kleine pauze

Voor in de kleine pauze nemen alle leerlingen groente of fruit (geen knijpfruit) mee en evt. een beker drinken.



Praktische tips

- Geef de hoeveelheid mee die uw kind gewend is thuis
- Rauwkost (komkommer, worteltjes) is een gezonde afwisseling
- Varieer met brood en beleg
- Gebruik een goed sluitende broodtrommel
- Vermijd bederfelijke vleeswaren zoals fricandeau

Bijzondere omstandigheden

Heeft uw kind meer tijd nodig om te eten? Dan zoeken we samen naar een oplossing, bijvoorbeeld door de broodtrommel mee naar buiten te nemen.

Bij medische of andere persoonlijke omstandigheden kunt u altijd overleggen met school.

Allergieën

Steeds vaker merken we dat er allergieën zijn voor noten. Een dringend verzoek om noten/producten met noten te vermijden.

Eigen verantwoordelijkheid

Binnen deze kaders is het uw eigen verantwoordelijkheid om te zorgen voor een gezonde broodtrommel.

Bedankt voor uw medewerking!