



## KASTANIEHUSET KAGSÅ'S SUKKERPOLITIK

Ved fødselsdag og særlige lejligheder.  
-Valget er jeres, Vi kommer med  
ideerne.



*I denne brochure kan du finde inspiration til et  
sunder valg end en kage.*

### Sukker politik i Kastaniehuset Kagså:

Gladsaxe kommune:

I Gladsaxe er der en specifik sukkerpolitik, den kan du læse mere om på Gladsaxe kommunes hjemmeside.

Hvordan vægter vi sukkerpolitikken?

Det er i dagligdagen meget begrænset hvad børnene indtager af sukker. Det er kun hvis det indgår som krydderi til en ret.

I Børnehaverne må man gerne servere en kage ved særlige lejligheder ex. fødselsdage eller arrangementer i børnehaven.

I Vuggestuen serveres der ikke sukker ved særlige lejligheder.



*"Børnene bliver lige så begejstret af lækker frugt der er pyntet, som en kage med pynt"*

Frisk frugt:

Det er blevet et hit at lave forskellige figurer af frugt – og børnene ELSKER dem.

"Google" frugt figurer, og du finder en masse inspiration til lækkerier, som er sunde. Det er kun fantasien der sætter grænser. Der er figurer i en hver sværhedsgrad, så alle kan være med.



Bananbrød – det smager ligesom kage.

#### Tænk ud af boksen:

Bananbrød er også en god ide, det smager som kage, men banan erstatter sukkeret.

Dette kan også være i form af muffins, kage, pandekager osv.

”Google” jer frem til gode opskrifter med banan som erstatning for sukker.

Der findes flere ting der er gode at bruge som erstatning for sukker. Dette kan også ”googles”.



Sunde kokostoppe

#### Her er eksempler på sunde alternativer til kage:

Sunde romkugler

Sunde kokostoppe

Sund chokoladekage

Sund æblekage

Langt de fleste kager kan laves på en sundere opskrift. ”Google” det, og lad dig inspirere.

## Kastaniehuset Kagså

### Om Os

En integreret institution med børn i alderen 0-6år fordelt i 3 huse.

Vi er meget opmærksomme på Gladsaxe Kommunes sukkerpolitik, og synes i den forbindelse vi vil råde/guide til et sundere alternativ.

Valget er jeres – Vi kommer med ideerne.

### Kontakt Os

Telefon: 44911357

Mail: [kastaniehuset@gladsaxe.dk](mailto:kastaniehuset@gladsaxe.dk)

### KASTANIEHUSET KAGSÅ'S SUKKERPOLITIK

Kagsåkollegiet 214

2860 Søborg