HET RONDEEL

Protocol voeding

Bijgesteld in oktober 2026



Inleiding

Gezondheid vinden wij belangrijk op onze school. We willen kinderen leren hoe zij goed voor zichzelf en anderen kunnen zorgen. Daarom stimuleren we samen met ouders gezonde eet- en beweeggewoonten. Dit beleid sluit aan bij kerndoel 34: *'De leerlingen leren zorg te dragen voor de lichamelijke en psychische gezondheid van henzelf en anderen.'*

Het protocol is opgesteld in overleg met de Kindcentrumraad, de GGD en het schoolteam. Het geldt voor iedereen die binnen de school met dit beleid te maken heeft.

We begrijpen dat er situaties zijn waarin een uitzondering nodig is, bijvoorbeeld vanwege medische redenen, allergieën of een bepaalde geloofsovertuiging. Ouders kunnen dit bespreken met de groepsleerkracht(en), zodat we samen tot passende afspraken kunnen komen.

Schoolmaaltijden

Sinds het schooljaar 2023-2024 nemen wij deel aan het Programma Schoolmaaltijden van het Jeugdeducatiefonds. Dit programma ondersteunt scholen bij het verzorgen van maaltijden voor leerlingen, zodat zij met een goed gevulde buik aan de lessen kunnen deelnemen. Scholen komen hiervoor in aanmerking als minimaal 30% van hun leerlingen uit een huishouden met een laag inkomen komt. Deelnemende scholen kunnen kiezen uit een budget om maaltijden op school te organiseren of boodschappenkaarten voor ouders.

Wij hebben gekozen voor het organiseren van eten op school. Samen met vrijwilligers verzorgen we een gezond ontbijt, fruit in de ochtendpauze en een gezonde lunch. De kinderen nemen daarom zelf geen fruit of lunch mee van thuis. Voor kinderen met een allergie waarvoor het aangeboden eten niet geschikt is, maken we passende afspraken met de ouders.

Ontbijt

We bieden dagelijks een gezond ontbijt aan voor kinderen. Samen met de GGD en de Kindcentrumraad van KC Aan de Aa hebben we een weekrooster opgesteld met een gevarieerd ontbijtaanbod. Vrijwilligers verzorgen het ontbijt in de vorm van een ontbijtbuffet. De kinderen kunnen zelf kiezen uit het aangeboden beleg, binnen de onderstaande afspraken.

Fruit in de ochtendpauze

Tijdens de ochtendpauze eten de kinderen dagelijks fruit van school. Er is keuze uit minimaal drie soorten fruit.

Lunch

De kinderen lunchen dagelijks gezamenlijk met hun leerkracht. Tijdens de lunch nemen we de tijd om rustig te eten. De leerkrachten houden in de gaten of de kinderen voldoende eten en besteden extra aandacht aan kinderen die moeite hebben met eten of specifieke dieetwensen hebben.

Afspraken rondom het ontbijt en de lunch

- We eten eerst hartig en daarna zoet beleg.
- Bij het ontbijt eten de kinderen één à twee boterhammen of crackers.
- Bij de lunch eten de kinderen twee à drie boterhammen of crackers.
- Per boterham of cracker gebruiken we één plak kaas of twee plakjes vleeswaren.
- We smeren het beleg op de helft van de boterham.
- Vanaf groep 1-2 smeren de kinderen zelf hun boterham.
- Het ontbijt vindt plaats van 08.15 tot 08.25 uur.
- De lunch vindt plaats van 12.00 tot 12.30 uur.





Drinken

De kinderen drinken gedurende de schooldag kraanwater. Voor ieder kind is een eigen beker beschikbaar. De bekers worden wekelijks in de vaatwasser gereinigd. Kinderen mogen ook een eigen bidon met water van thuis meenemen.
Op school is voor iedereen kraanwater beschikbaar.

Traktaties

Op school vieren we verschillende feestelijke gelegenheden, waaronder verjaardagen. Om dit op een feestelijke en bewuste manier te doen, hebben we per leerplein twee traktatietrommels aangeschaft waaruit de jarige leerling mag trakteren.
De traktaties zijn klein van formaat en bevatten zo weinig mogelijk suiker. Zo vieren we verjaardagen met een passend en bewust traktatiemoment.

Het goede voorbeeld

Kinderen leren niet alleen van wat we vertellen, maar ook van wat we zelf doen. Daarom geven leerkrachten het goede voorbeeld op het gebied van gezonde voeding. Het voedingsbeleid geldt dan ook voor zowel de kinderen als de leerkrachten.

Overige activiteiten

Om gezonde leefgewoonten gedurende het schooljaar onder de aandacht te houden, ondernemen we de volgende activiteiten:

- Gezondheidsweek: ieder jaar organiseren we een gezondheidsweek waarin een gezonde leefstijl centraal staat. Gezonde voeding krijgt hierin aandacht. De inhoud wordt jaarlijks opnieuw vastgesteld.
- Ouderbetrokkenheid: via bijvoorbeeld de nieuwsbrief informeren we ouders regelmatig over gezonde voeding en stimuleren we de samenwerking tussen school en thuis.