



# BØRNEMAD TIL DAGINSTITUTIONER

MÅLTIDSKASSER – EN SMULE TILBEREDNING

ernæringskorrekt | økologisk | bæredygtigt



Hvem er vi?

Hvad kan I forvente af vores børnemad?

Hvordan kan vi hjælpe jer?

Hvad siger andre om vores børnemad?



**Hvem er vi?**

# Hvem står bag Foodsource?

- Vi har lavet mad til dagsinstitutioner i over 10 år
- Vi leverer mad til over 50 institutioner i Storkøbenhavn
- Vi mætter 1000 små maver hver dag med sund, økologisk og bæredygtig mad
- Kostråd, ernæring og bæredygtighed står øverst på vores agenda
- 90% af maden består af sæsonaktuelle økologiske råvarer
- Vi er ejet af Cheval Blanc Kantiner
- Cheval Blanc er stiftet i 1994 af fagfolk fra restaurationsbranchen. De forkæler hver dag godt 25.000 medarbejdere med bæredygtige og smagsintensive frokostoplevelser hos bl.a. DR, Statsministeriet, TV2, Egmont og Gyldendal



**Hvad kan I forvente  
af vores børnemad?**

# Fokus på kvalitet og bæredygtighed

Produkterne i vores måltidskasser er nøje udvalgte og kommer fra danske leverandører som alle producerer råvarer og laver mad med omtanke for vores børn, måltidet og vores jord.

Og netop derfor de helt rigtige, som leverandører til vores måltidskasser. De laver mad af sæsonaktuelle økologiske råvarer, fordi det ganske enkelt smager bedst, og belaster miljøet mindst muligt.

## Vi har tænkt over sammensætningen af maden

Derudover har vi Lise-Lotte der er ekspert i at udtænke og beregne ernæringskorrekt mad til børn i alderen 1-6 år. Hun laver alle vores menuer hvilket betyder, at der er tænkt over sammensætningen af de forskellige dele på tallerkenen.

Hun beregner ernæringsindholdet i samtlige menuer, for at sikre at børnene får lige netop den næring som de har brug for, og som lever op til fødevarerstyrelsens anbefalinger.

**HANEGAL**<sup>1980</sup>  
RENT ØKOLOGISK



# Ernæringsberegnet efter fødevarestyrelsens anbefalinger

Alle måltider er ernæringsberegnet efter fødevarestyrelsens anbefalinger til børn i alderen 1-6 år\*.

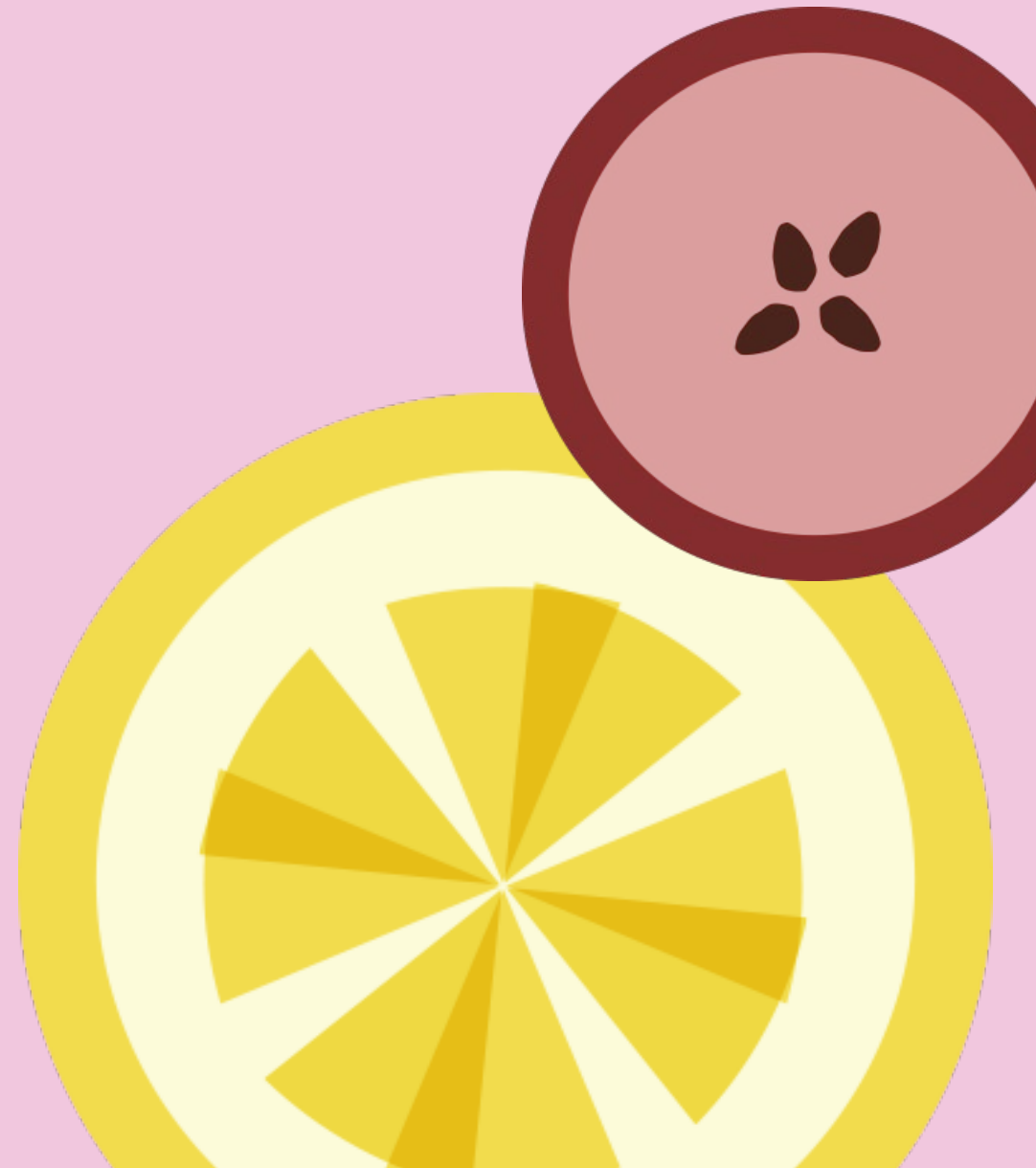
## Næringsindhold pr. måltid (gennemsnit 1-2 uger)

Protein: 12 – 17 %

Fedt: 30 – 35 %

Kostfibre: 3 - 5g.

\* Miljø og Fødevareministeriet: Guide til sundere mad i daginstitutionen

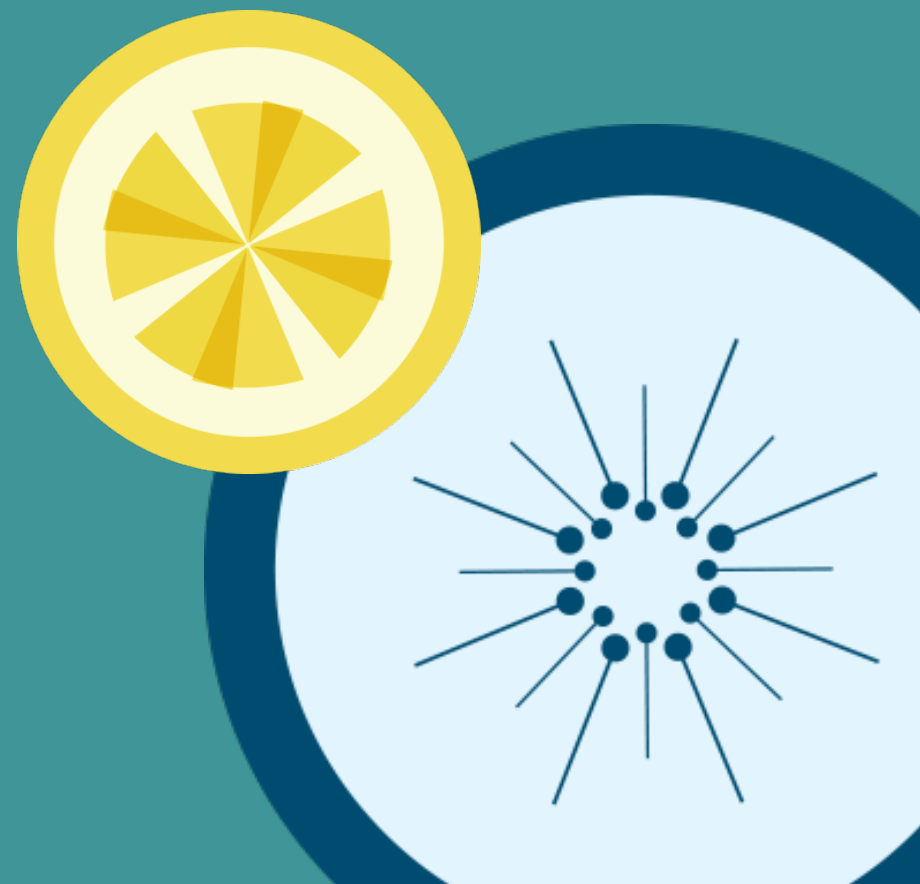


# Minimum 90% økologi hver dag

Vores børn skal have det bedste.

Derfor er minimum 90%, af alt det børnemad vi laver, økologisk.

Helt konkret betyder det, at børnene undgår sprøjtemidler, får færre tilsætningsstoffer og mad med mere smag.





# Bekæmper kræsenhed

Vi sammensætter altid vores menuplaner ud fra to kriterier – noget velkendt og noget nyt.

Menuen består i overvejende grad af noget velkendt. Noget som børnene har smagt før, og ved hvordan smager.

Men der er også altid et nyt element på menuen. Noget som kan prikke til børnenes madmod og nysgerrighed. Når børnene oplever at kunne lide det ukendte, får de en succesoplevelse, som giver dem mod på at smage noget nyt igen en anden dag.

Det er med til udvikle børnenes smagsløg og bekæmpe deres kræsenhed.

Æggekage med kartofler, bacon og rødløgsmarmelade

Her vil æggekagen med kartofler og bacon fungere som det velkendte, og rødløgsmarmeladen vil opleves som et nyt element.





## Styrker fællesskabet

Det faktum, at alle børnene spiser det samme måltid mad, er med til at styrke fællesskabet. De støtter hinanden når der skal smages på noget nyt og fungerer på den måde ligeledes som rollemodeller for hinanden.

Derudover lærer børnene at sidde og spise ved et bord, bruge bestik samt at man er flere til at deles om maden.

Nogle af vores menuer lægger også op til at pædagogerne inddrager børnene når der skal pilles æg, skæres snackgrønt eller hvis der skal pyntes med kerner og krydderurter.

# Intolerancer og allergier

Har I et barn der er intolerant eller allergisk overfor visse fødevarer, så oplyser vi altid om ingredienserne i tilberedningsvejledningen.

Vi tilbyder også alternative produkter til børn med særlig diæt eller allergi i vores sortiment.



# Måltidskasser en smule tilberedning

# Vores måltidskoncept kan leveres på to måder:

1. Vi leverer 2 x ugentligt  
til alle ugens 5 dage

## Måltidskasser - en smule tilberedning -

.....

Er godt til institutioner som har et anretter- eller produktionskøkken. Dvs. et køkken hvor I har mulighed for at varme og færdigtilberede maden.

Det er ligeledes et køkken, hvor I har mulighed for at opbevare mad til flere dage, da levering sker to gange om ugen.

Vi leverer i hele landet.

Vi leverer også gerne som vikarmad – hvis køkkenmedarbejderen skal på ferie

2. Vi leverer vikarmad til institutioner der producerer selv, når køkkenpersonalet holder fri, er på kursus eller er syge.

## Vikarmad

.....

Her behøves kun et modtagerkøkken – men maden kan modtages af alle typer køkkener

Vi leverer akutmad på dagen – maden er klar til at spise

Maden er egnet til børnehave- og vuggestuebørn

Vi leverer i Storkøbenhavn

Hvad er konceptet

## Måltidskasser - en smule tilberedning -

- ➔ Sund, frisk og velsmagende mad hvor I selv skal stå for en smule tilberedning.
- ➔ Maden leveres som en måltidskasse og har en høj grad af convenience. Det betyder, at noget mad kan være lavet på forhånd og kræver blot en opvarmning fra jeres side. Det kan også betyde, at I selv skal koge ris, snitte grøntsager og lignende.

Det er dog så intuitivt let at finde ud af, at jeres medarbejdere ikke behøver at have en kokkefaglig baggrund for at kunne tilberede menuerne. Det følger vedledninger med til alle måltider.

- ➔ Tilberedningstiden afhænger af antal børn og køkkenforhold.

Forkæl de små maver  
med mere end frokost

.....

Vi laver også  
eftermiddagsmåltid

.....

Og skal I på tur – så  
laver vi også turmad

# Hvordan fungerer det?

Vælg mellem 3 menuer:

- Menu 1: **Grønt / kød / fisk** 80% grønt + 20% kød / fisk
- Menu 2: **Grønt** 100% grønt
- Menu 3: **Grønt / halal** 80% grønt + 20% halal

I bestiller den menu som passer til det enkelte barn. Helt konkret, har I 50 børn, så kan I sagtens bestille 30 x menu 1, 10 x menu 2 og 10 x menu 3.

Vi sørger altid for at de tre menuer ligner hinanden. Eksempelvis, når der er leverpostej på den almindelige menu, så vil der være nøddepostej på den vegetariske.

Menuen er tilpasset forskelligt til børnehave- og vuggestuebørn



I får leveret måltidskasser to gange om ugen, hvilket kræver at I har plads til at opbevare mad til flere dage i jeres køkken.

Helt konkret kræver det, at I har et anretter- eller produktionskøkken.

Er du i tvivl om hvilket køkken I har, så ring til os.



# Hvad er der på menuen?

Vi kører med fire sæsonmenuer:

- Forår (1. marts – 31. maj)
- Sommer (1. juni – 31. august)
- Efterår (1. september – 30. november)
- Vinter (1. december – 28. februar)

Hver sæsonmenu består af 4 forskellige ugemenuer som kører i rotation i løbet af sæsonen. Dvs. det der er på menuen i uge 1 er på menuen igen i uge 5 og 9.

Børn trives med rutiner og struktur, hvilket en roterende menu tager højde for.





# FORÅRSMENU

Uge 14

Forår	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
<b>FROKOST</b>					
<b>Grøn</b>	Byggrød serveret med jordbær topping, græsk yoghurt og hakkede mandler	Rugbrød m. smør Serveret med:  Bønnepostej m. agurk  Friskkogt æg m. purløg  Tomat & pickles m. blomkål, gulerod og syltet agurk	Grønsagsfrikadeller og marokkansk couscous salat m/spidskål, tomat og agurk.	Dild-delle serveret med dampede gulerødder og ærter samt nye kartofler med persillesmør	Rugbrød m. smør Serveret med  Æggesalat m. purløg  Plantepostej m. frisk agurk  Nye kartofler m/mayonnaise og purløg
	Grøntsneck – æblebåde	Grøntsneck – agurk	Grøntsneck – peberfrugt	Grøntsneck – galiamelon	Grøntsneck – broccoli
<b>Grøn / kød / fisk</b>	Byggrød serveret med jordbær topping, græsk yoghurt og hakkede mandler	Rugbrød m. smør Serveret med:  Kryddermarinerede sild  Friskkogt æg m. purløg  Kogt oksebryst & pickles m. blomkål, gulerod og syltet agurk	Grønsagsfrikadeller og marokkansk couscous salat m/spidskål, tomat og agurk.	Hvid torvefisk serveret med dampede gulerødder og ærter samt nye kartofler med persillesmør	Rugbrød m. smør Serveret med  Cremet laksesalat m. purløg  Kyllingeleverpostej m. agurk  Nye kartofler m/mayonnaise og purløg
	Grøntsneck – æblebåde	Grøntsneck – agurk	Grøntsneck – peberfrugt	Grøntsneck – galiamelon	Grøntsneck – broccoli
<b>Grøn / halal</b>	Byggrød serveret med jordbær topping, græsk yoghurt og hakkede mandler	Rugbrød m. smør Serveret med:  Kryddermarinerede sild  Friskkogt æg m. purløg  Kogt oksebryst & pickles m. blomkål, gulerod og syltet agurk	Grønsagsfrikadeller og marokkansk couscous salat m/spidskål, tomat og agurk.	Hvid torvefisk serveret med dampede gulerødder og ærter samt nye kartofler med persillesmør	Rugbrød m. smør Serveret med  Cremet laksesalat m. purløg  Kyllingeleverpostej m. agurk  Nye kartofler m/mayonnaise og purløg
	Grøntsneck – æblebåde	Grøntsneck – agurk	Grøntsneck – peberfrugt	Grøntsneck – galiamelon	Grøntsneck – broccoli
<b>EFTERMIDDAG</b>					
	Rugbrød m. plantepostej og agurk samt gulerod	Kruskabbrød m. osteklods og vandmelon	Rugbrød m. hummus og agurk	Jordbærgrød m. yoghurt og hakkede mandler	Granolabrød m. peanutbutter og gulerod

# SOMMERMENU

uge 26

Sommer	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
<b>FROKOST</b>					
<b>Grøn</b>	Flerkornsgrød m. dadler, morbær og hasselnødder  Græsk yoghurt  Peanut butter  Banan og æble	Rugbrød m. smør  Dild-delle m. remoulade og karse  Nye kartofler og mayonnaise  Flødeost og friske jordbær  Grøntsack - blomkål	Tortilla med falafler, frisk spinat, tomat, agurk og myntedressing     Grøntsack - vandmelon	Grøntsagsfrikadeller serveret med pasta vendt i persille olie og dampet broccoli     Grøntsack - cherrytomater	Rugbrød m. smør Serveret med:  Hytteost med rød peberfrugt  Plantepostej m. frisk agurk  Æg og purløgsgdry  Grøntsack - gulerod
<b>Grøn / kød / fisk</b>	Flerkornsgrød m. dadler, morbær og hasselnødder  Græsk yoghurt  Peanut butter  Banan og æble	Rugbrød m. smør  Fiskefrikadelle m. remoulade og karse  Nye kartofler og mayonnaise  Flødeost og friske jordbær  Grøntsack - blomkål	Tortilla med falafler, frisk spinat, tomat, agurk og myntedressing     Grøntsack - vandmelon	Dampet laks serveret med pasta vendt i persille olie og dampet broccoli     Grøntsack - cherrytomater	Rugbrød m. smør Serveret med:  Marineret sild med purløg  Okseleverpostej m. frisk agurk  Æg og purløgsgdry  Grøntsack - gulerod
<b>Grøn / <u>halal</u></b>	Flerkornsgrød m. dadler, morbær og hasselnødder  Græsk yoghurt  Peanut butter  Banan og æble	Rugbrød m. smør  Fiskefrikadelle m. remoulade og karse  Nye kartofler og mayonnaise  Flødeost og friske jordbær  Grøntsack - blomkål	Tortilla med falafler, frisk spinat, tomat, agurk og myntedressing     Grøntsack - vandmelon	Dampet laks serveret med pasta vendt i persille olie og dampet broccoli     Grøntsack - cherrytomater	Rugbrød m. smør Serveret med:  Marineret sild med purløg  Kyllingeleverpostej m. frisk agurk  Æg og purløgsgdry  Grøntsack - gulerod
<b>EFTERMIDDAG</b>					
	Rugbrød m. hummus og gulerod	Kruskabrød m. Osteklods og aliamelon	Rugbrød m. plantepostej og agurk	Jordbærgrød m. yoghurt og korndrys	Fuldkornsknækbrød m. peanutbutter og banan

# MADPAKKEMENU

uge 26

Forår	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
<b>FROKOST</b>					
<b>Grøn</b>	Byggrød serveret med jordbær topping, græsk yoghurt og hakkede mandler	Rugbrød m. smør Serveret med:  Bønnepostej m. agurk  Friskkogt æg m. purløg  Tomat & pickles m. blomkål, gulerod og syltet agurk	Grønsagsfrikadeller og marokkansk couscous salat m/spidskål, tomat og agurk.	Dild-delle serveret med dampede gulerødder og ærter samt nye kartofler med persillesmør	Rugbrød m. smør Serveret med  Æggesalat m. purløg  Plantepostej m. frisk agurk  Nye kartofler m/mayonnaise og purløg
	Grøntsneck – æblebåde	Grøntsneck – agurk	Grøntsneck – peberfrugt	Grøntsneck – galiamelon	Grøntsneck – broccoli
<b>Grøn / kød / fisk</b>	Byggrød serveret med jordbær topping, græsk yoghurt og hakkede mandler	Rugbrød m. smør Serveret med:  Krydderмарinerede sild  Friskkogt æg m. purløg  Kogt oksebryst & pickles m. blomkål, gulerod og syltet agurk	Grønsagsfrikadeller og marokkansk couscous salat m/spidskål, tomat og agurk.	Hvid torvefisk serveret med dampede gulerødder og ærter samt nye kartofler med persillesmør	Rugbrød m. smør Serveret med  Cremet laksesalat m. purløg  Kyllingeleverpostej m. agurk  Nye kartofler m/mayonnaise og purløg
	Grøntsneck – æblebåde	Grøntsneck – agurk	Grøntsneck – peberfrugt	Grøntsneck – galiamelon	Grøntsneck – broccoli
<b>Grøn / <u>halal</u></b>	Byggrød serveret med jordbær topping, græsk yoghurt og hakkede mandler	Rugbrød m. smør Serveret med:  Krydderмарinerede sild  Friskkogt æg m. purløg  Kogt oksebryst & pickles m. blomkål, gulerod og syltet agurk	Grønsagsfrikadeller og marokkansk couscous salat m/spidskål, tomat og agurk.	Hvid torvefisk serveret med dampede gulerødder og ærter samt nye kartofler med persillesmør	Rugbrød m. smør Serveret med  Cremet laksesalat m. purløg  Kyllingeleverpostej m. agurk  Nye kartofler m/mayonnaise og purløg
	Grøntsneck – æblebåde	Grøntsneck – agurk	Grøntsneck – peberfrugt	Grøntsneck – galiamelon	Grøntsneck – broccoli
<b>EFTERMIDDAG</b>					
	Rugbrød m. plantepostej og agurk samt gulerod	Kruskabrød m. osteklods og vandmelon	Rugbrød m. hummus og agurk	Jordbægrød m. yoghurt og hakkede mandler	Granolabrød m. peanutbutter og gulerod

# Hvad koster det?

---

---

## Frokost - måltidskasser

Varer leveres i transportkasser

**15 kr. pr. barn ex. moms**

## Frokost - Vikarmad/modtage- køkken

Færdigtilberedt mad leveres i termokasser.

**31,61 kr. pr. barn ex. moms**

Eftermiddagsmad inkl. mælk

**31,61 kr. pr. barn ex. moms**

## Eftermiddagsmåltidskasse

Eftermiddagsmåltidet leveres sammen med frokosten.

**6 kr. pr. barn ex. moms**

---

---

## Turmadpakke

Leveres som en madpakkekasse,  
med indhold til at I selv skal smøre  
jeres madder.

**15 kr. pr. barn ex. moms**

## Transport

Måltidskasser:

Transport er med i prisen pr. måltid.

Vikarmad/modtagerkøkken:

Fra 225 pr. levering - afhængig af  
adressen.

# Så nemt er det at bestille

I bestiller nemt via vores bestillingssite .

Som udgangspunkt har I en fast bestilling liggende som bare kører, uden at I skal foretage jer noget.

Har I behov for at ændre i jeres bestilling, så logger I blot ind og taster jeres ændring. I kan afbestille, lave ændringer i antal kuverter, ændre til madpakkekassen og bestille ekstra varer såsom frugt, mælk og brød, med blot to dages varsel.

Vi giver jer gerne en introduktion til bestillingssitet, hvis I har behov for det.

**FOODSOURCE FOND**

**Oversigt**

**Menu for 31. May – 4. Jun**

**Mandag** Tirsdag Onsdag Torsdag Fredag

Vuggestue

Krydret Daal af grønne linser og grøntsager, toppet med creme fraiche og persille og serveret med grovbrød og agurk **Grøn**

Krydret Daal af grønne linser og grøntsager, toppet med creme fraiche og persille og serveret med grovbrød og agurk **Halal**

Børnehave

Krydret Daal af grønne linser og grøntsager, toppet med creme fraiche og persille og serveret med grovbrød og agurk **Kød & Fisk**

Krydret Daal af grønne linser og grøntsager, toppet med creme fraiche og persille og serveret med grovbrød og agurk **Halal**

**Download dagens opskrifter**

**Abonnement**

Her kan du tilføje måltidskasser eller ændre mængden i dit abonnement.

Startdato: 25. May 2021 / Slutdato: 31. December 2021

**Måltidskasser – børnehave**

- Grøn **+ Tilføj**
- Kød & Fisk **- 50 + Fjern**
- Halal **- 20 + Fjern**
- Eftermiddag **+ Tilføj**

**Måltidskasser – vuggestue**

- Grøn **- 45 + Fjern**
- Kød & Fisk **+ Tilføj**
- Halal **- 10 + Fjern**
- Eftermiddag **+ Tilføj**

**Din næste levering**

**Leveringsdato: mandag d. 31. maj**

**Måltidskasser - børnehave**

- Kød & Fisk 50**
- Tirsdag:** Rugbrød M. Fiskefrikadelle, Remoulade Og Karse, Nye Kartofler Og Mayonnaise, Flødeost Og Friske Jordbær. Grøntsack-Blomkål **50**
- Onsdag:** Tortilla Med Falafel, Frisk Spinat, Tomat, Agurk Og Myntedressing. Grøntsack-Vandmelon **50**
- Torsdag:** Dampet Laks Serveret Med Pasta Vendt I Persilleolie Og Broccolibuketter. Grøntsack-Cherry Tomater **50**

# Har I lyst til at smage vores mad?

Bestil en prøvesmaging hos Gry

→ [gb@cheval-blanc.dk](mailto:gb@cheval-blanc.dk) | 41 81 80 10 ←

# Spørgsmål?

Vi kommer gerne ud til jeres institution, så vi sammen kan tage et kig på jeres faciliteter, med henblik på at finde den mest optimale løsning.

Er der behov for en nærmere præsentation af vores koncepter til eksempelvis et bestyrelsesmøde, personalemøde eller forældremøde – så kigger vi også forbi.

Kontakt Gry Bondebjerg

→ [gb@cheval-blanc.dk](mailto:gb@cheval-blanc.dk) | 41 81 80 10 ←