



Potravinové politiky a přístupy pro naši školku

Rozmanité diety, lahodné možnosti

- **Přijímáme děti se speciálními stravovacími potřebami a umožňujeme jim přinést si vlastní jídlo.**
 - Uvědomujeme si, že každé dítě je jedinečné, a proto se snažíme respektovat jejich individuální potřeby. Děti s alergiemi, intolerancí či jinými stravovacími omezeními mají u nás prostor pro bezpečnou a zdravou stravu.

Ochutnejte kynuté těsto

- **Zažijte zdravý požitek z kváskového chleba, který je oblíbený v naší nabídce.**
 - Kvásek je přírodní zdroj probiotik, které napomáhají zdravému trávení. Naše děti milují kváskový chléb díky jeho lahodné chuti a my víme, že děláme něco dobrého pro jejich zdraví.

Sbohem sladké pečivo

- **Rozloučili jsme se se sladkým pečivem pro zdravější a šťastnější jídlo.**
 - Místo sladkého pečiva nabízíme různé alternativy, jako jsou celozrnné produkty, čerstvé ovoce a zelenina. Věříme, že tím přispíváme k lepším stravovacím návykům a celkovému zdraví dětí.

Ryby každý týden

- **V Bambináriu zajišťujeme, aby si ryby jednou týdně našly cestu na talíře našich malých průzkumníků. Týdně podáváme pomazánku z ryb nebo hlavní jídlo z ryby.**
 - Ryby jsou skvělým zdrojem omega-3 mastných kyselin, které podporují vývoj mozku a celkové zdraví. Naše děti tak získávají potřebné živiny pro svůj růst a vývoj.

Probiotické síly

- **Seznamujeme děti s kefirem a dalšími fermentovanými poklady, které posilují zdraví jejich střev.**
 - Kefír a další fermentované potraviny jsou bohaté na probiotika, která podporují zdravou střevní mikroflóru a imunitní systém. Pravidelná konzumace těchto potravin napomáhá k celkovému dobrému zdraví našich dětí.

Zdravé svačiny

- **Každá svačina je dodávána s dávkou zeleniny nebo ovoce, která zajišťuje vyváženou výživu.**
 - Snažíme se, aby každá svačina byla vyvážená a plná potřebných vitamínů a minerálů. Čerstvé ovoce a zelenina jsou nedílnou součástí každého jídla.

Pravidla cukru

- **Máme přísný zákaz sladkostí, s výjimkou zvláštních příležitostí, jako jsou narozeniny. Čokoláda je povolena pouze ve výjimečných případech (Mikuláš, Velikonoce atd.).**
 - Kontrola příjmu cukru je důležitá pro zdraví a vývoj dětí. Výjimečné příležitosti však umožňují dětem užít si sladkosti s mírou a bez negativního vlivu na jejich stravovací návyky.

Zapojení rodičů

- **Spolupracujeme s rodiči na vytváření nejlepších stravovacích návyků.**
 - Rodiče jsou pro nás klíčoví partneři. Pravidelně je informujeme o našich potravinových politikách a společně hledáme nejlepší řešení pro individuální potřeby dětí.

Vzdělávání o zdravé výživě

- **Učíme děti o zdravé výživě zábavnou a interaktivní formou.**
 - Děti se účastní různých aktivit, které jim pomáhají pochopit důležitost zdravé výživy. Od zahradničení až po kuchařské workshopy, snažíme se dětem přiblížit zdravé stravovací návyky hravou formou.



Bambinárium | Bambilín
Řevnice | Čs. Armády 139 | 252 30 | Czech Republic
Mobile: +420 775 665 090
dhrabova@volny.cz | Web: www.bambinarium.cz

Řevnice - Bambinárium · Řevnice - Bambilín · Řevnice - Bambisvět · Praha 5 - Bambinárium

Managing Directors: Dagmar Benková • Company reg. No. (IČ): 713 40 866 • Autorská práva a zákonná ochrana Všechna práva vyhrazena. Tento dokument obsahuje materiály, které jsou chráněny autorskými právy společnosti Bambinárium: Potravinové politiky a přístupy pro naši školu. Žádná část tohoto dokumentu nesmí být reprodukována, distribuována nebo přenášena jakýmkoliv způsobem bez předchozího písemného souhlasu společnosti Bambinárium. Ochrana osobních údajů Společnost Bambinárium dbá na ochranu osobních údajů dětí i jejich rodičů. Všechny údaje získané v rámci našich služeb jsou chráněny v souladu s platnými zákony o ochraně osobních údajů.