

# Sammen om maden – fra leg til mad

## Forslag til aktiviteter

Maddannelse kommer gennem gode fælles oplevelser med mad, madlavning og måltider. Det kan give børnene mulighed for at tage bevidste, kritiske og sunde valg. Her og nu – og senere i livet.

### Dagens menu

- Falafler med broccoli eller hummus med gulerod
- Pitabrød, ærtecreme, udskårne grøntsager

### Dialog med børnene om maden

- Kender de det? Hvad er falafel, hummus, pitabrød, ærtecreme og grøntsager?
- Undersøg dejen og grøntsagerne sammen med børnene. Hvordan ser de ud, hvordan dufter de, hvordan føles de?
- Hvad kan man gøre med dejen eller grøntsagerne, hvis man skulle fortælle en historie, lave et fantasidyr eller en sjov lyd?

### Skal vi lege restaurant?

- Skræl, riv, udskær og arranger grøntsager på fade til frokost.
- Rul eller pres små boller af dejen flade på et meldækket bord og læg på bagepapir.

### Måltidet

- Hvilke erfaringer og erindringer kobler der sig til maden?
- Hvad tænker eller husker børnene, når de dufter og smager på maden? Noget kendt, noget nyt, noget spændende?

**Husk til grøntsagerne:** Knive, rivejern, spækbræt, skræller, skåle, husholdningsfilm, opvredet klud.

**Husk til pitabrød:** Dej, mel, bagerulle, bagepapir, opvredet klud.

Praktiske og koordinerende opgaver i forbindelse med denne pædagogiske aktivitet aftales med den kostfaglige kollega.

Læs mere om inspiration til daginstitutioner på [maaltidspartnerskabet.dk/madleg](http://maaltidspartnerskabet.dk/madleg)

