Bedford Kindergarten

Food and Drink Policy

Objectives:

To create a safe and enjoyable meal/snack experience for all children.

To promote healthy eating by providing fresh, nutritious food that meets each child's individual dietary needs.

To educate children about the impact of different foods and drinks on their bodies, encouraging them to make healthy choices.

To encourage parents to pack nutritious lunches or snacks while being mindful of children with severe allergies.

These objectives align with Bedford Kindergarten's commitment to fostering a healthy, supportive, and educational environment during snack and lunch times.

Curriculum

Staff at Bedford Kindergarten will ensure that children are educated about healthy lifestyles, including nutrition and exercise, as part of their learning. If a child has specific dietary needs, staff will collaborate with parents and seek guidance from nutritionists as necessary.

Cooking

As part of our curriculum, we occasionally offer cooking experiences. These activities will focus on healthy recipes and will be inclusive of all children.

Food Safety

Children will be encouraged to wash their hands before eating and will be supervised during snack and lunch times to ensure safe and hygienic practices.

Drinks and Food Containers

Water is provided daily at the kindergarten, but parents are asked to send a bottle of water with their child each day. Please ensure that all food containers and water bottles are clearly labelled with the child's name so they can easily identify their belongings.

Plastic Water Bottles

Bedford Kindergarten is mindful of environmental sustainability and encourages children to bring reusable water bottles from home, which can be refilled from the water coolers available on the premises.

Birthdays

We value the celebration of special events such as birthdays, but for safety reasons, we request that families do not send food to share. Many children have allergies, and this policy helps to ensure their safety. Instead, children's birthdays will be celebrated with a card and song. The child may also wear a special birthday outfit and give non-food gift items to their classmates.

Gift items should be larger than 3 inches to avoid choking hazards.

Gift bags may include small toys or stationery and should be given to the class teacher in the morning for distribution at the end of the school day.

Special Events

On special occasions such as Eid, Mother's Day, or Library Week, certain foods that do not comply with everyday healthy eating guidelines may be offered,

referred to as “sometimes foods.” Parents are not permitted to send food to the kindergarten for distribution without prior approval. If they wish to do so, they should contact the KG / Nurse/ Principal for suggestions that are safe for children with allergies.

The following foods are encouraged:

Homemade sandwiches

Boiled egg in a sandwich

Pre-packed sandwiches

Cupcakes

Fresh fruits

Fruit or vegetable salads

Yoghurt

Milk

Water

The following food items are NOT permitted at Bedford Kindergarten:

Chocolate | Chocolate Drinks | Nutella

Sweets / Popcorn

Crisps/Chips

Ketchup

Instant Noodles

Nuggets

Fizzy Drinks

Nuts and seeds

Any foods containing nuts or seeds

We encourage parents to avoid sending processed foods or those high in preservatives, sugar, salt, and fat, as they can negatively impact children’s

concentration, behaviour, and overall well-being. Healthy options help support children's ability to focus and learn effectively.

Any child bringing in food that is not permitted will have it confiscated, and it will be returned at the end of the day.

Important Note

Bedford Kindergarten is a nut-free kindergarten. Any food items containing nuts will be confiscated and returned to parents or guardians at the end of the school day.

روضة بيدفورد – مرحلة السنوات المبكرة(EYFS)

سياسة التغذية وسلامة الغذاء

الأهداف

•توفير تجربة وجبات خفيفة/غداء آمنة وممتعة لجميع الأطفال.

•تعزيز الأكل الصحي من خلال تقديم أطعمة طازجة ومغذية تناسب الاحتياجات الغذائية الفردية لكل طفل.

•توعية الأطفال بتأثير الأطعمة والمشروبات المختلفة على أجسامهم وتشجيعهم على اختيار الأطعمة الصحية.

•تشجيع أولياء الأمور على إرسال وجبات أو وجبات خفيفة صحية مع مراعاة الأطفال الذين يعانون من حساسية شديدة.

تتوافق هذه الأهداف مع التزام روضة بيدفورد بخلق بيئة صحية وداعمة وتعليمية خلال أوقات الوجبات والوجبات الخفيفة.

المنهج الدراسي

يحرص موظفو روضة بيدفورد على تعليم الأطفال أنماط الحياة الصحية، بما في ذلك التغذية والرياضة، كجزء من التعلم. وفي حال وجود احتياجات غذائية خاصة لدى الطفل، يتعاون الموظفون مع أولياء الأمور ويطلبون الاستشارة من المختصين عند الحاجة.

الطبخ

كجزء من المنهج الدراسي، يتم أحياناً تقديم أنشطة طبخ للأطفال. تركز هذه الأنشطة على وصفات صحية وتكون شاملة لجميع الأطفال.

سلامة الغذاء

يُشجع الأطفال على غسل أيديهم قبل الأكل، ويتم الإشراف عليهم أثناء أوقات الوجبات والوجبات الخفيفة لضمان اتباع ممارسات آمنة وصحية.

المشروبات وحاويات الطعام

يتم توفير الماء يومياً في الروضة، ولكن يُطلب من أولياء الأمور إرسال زجاجة ماء مع الطفل كل يوم.
يجب التأكد من أن جميع علب الطعام وزجاجات الماء تحمل اسم الطفل بوضوح لتسهيل التعرف عليها.

الزجاجات البلاستيكية

تولي روضة بيدفورد اهتماماً بالاستدامة البيئية وتشجع الأطفال على استخدام زجاجات ماء قابلة لإعادة الاستخدام من المنزل، بحيث يمكن إعادة تعبئتها من مبردات المياه الموجودة في المدرسة.

أعياد الميلاد

نُقدّر الاحتفال بالمناسبات الخاصة مثل أعياد الميلاد، ولكن لأسباب تتعلق بالسلامة نطلب من العائلات عدم إرسال طعام للمشاركة. العديد من الأطفال لديهم حساسية، وهذا الإجراء يضمن سلامتهم.
بدلاً من ذلك، يتم الاحتفال بعيد ميلاد الطفل من خلال بطاقة وغناء، ويمكن للطفل ارتداء زي خاص بعيد الميلاد وتقديم هدايا غير غذائية لزملائه.

- يجب أن تكون الهدايا أكبر من 3 إنش لتجنب مخاطر الاختناق.
- يمكن أن تشمل أكياس الهدايا ألعاباً صغيرة أو أدوات قرطاسية، ويتم تسليمها لمعلم الصف صباحاً ليتم توزيعها نهاية اليوم الدراسي.

الفعاليات الخاصة

في المناسبات الخاصة مثل العيد، عيد الأم، أو أسبوع المكتبة، قد يتم تقديم بعض الأطعمة غير المطابقة لإرشادات الأكل الصحي اليومية، وتُسمى "أطعمة مناسبة أحياناً."
لا يُسمح للأهالي بإرسال الطعام للروضة للتوزيع دون موافقة مسبقة. وفي حال الرغبة، يجب التواصل مع الإدارة أو الممرضة أو المديرة للحصول على اقتراحات آمنة للأطفال الذين لديهم حساسية.

الأطعمة المسموح بها

- الساندويشات المنزلية
- ساندويش بيض مسلوق
- ساندويشات جاهزة التعبئة
- الكب كيك

- الفواكه الطازجة
- سلطة الفواكه أو الخضار
- الزبادي
- الحليب
- الماء

الأطعمة غير المسموح بها في روضة بيدفورد

- الشوكولاتة | مشروبات الشوكولاتة | نوتيلا
- الحلويات
- الشيبس/الرقائق
- الكاتشب
- النودلز السريعة
- الناجتس
- المشروبات الغازية
- المكسرات والبذور
- أي أطعمة تحتوي على مكسرات أو بذور

نُشجع أولياء الأمور على تجنب إرسال الأطعمة المصنعة أو الغنية بالمواد الحافظة أو السكر أو الملح أو الدهون، لأنها تؤثر سلباً على تركيز الأطفال وسلوكهم وصحتهم العامة. الخيارات الصحية تساعد الأطفال على التركيز والتعلم بشكل أفضل.

أي طفل يحضر طعاماً غير مسموح به سيتم مصادرته وإعادته في نهاية اليوم.

ملاحظة مهمة

روضة بيدفورد هي روضة خالية من المكسرات. أي طعام يحتوي على مكسرات سيتم مصادرته وإعادته إلى أولياء الأمور في نهاية اليوم الدراسي.