



Frokost

Vi henstiller, at børnene altid medbringer lødige kost. Det er også vigtigt, at der er mad nok i pakken til hele dagen. Mange børn er sultne på forskellige tidspunkter og bør spise små sunde mellemmåltider i form af en gulerod, bolle, frugt eller lign. God ernæring giver god indlæring!

Det er ikke tilladt at medbringe sodavand, slik og søde ting i madpakkerne - herunder forskellige protein-barer og sukkerholdige mælkebarer/yoghurter. Desuden må man ikke medbringe kogende drikke/vand til nudler i termoflaske.