

**Madværksted** har et formål at give børn en sjov, lærerig og aktiverende oplevelse med mad og måltider. Vi tager udgangspunkt i De officielle Kostråd og madpakkehånd og går efter variation i mad og råvarer. Vi har også fokus på madspild. Hver værkstedsgruppe kommer til at være på madværksted i gennemsnitlig 5 uger (hver onsdag fra kl. 10.15 til 11.30). I hver gruppe blander vi børnene enten fra 0 og 1 klasse eller 2 og 3 klasse. Børnene fra 0 og 1 klasse har fokus på at lave mad efter "madpakkehånd" og børnene fra 2 og 3 klasse har fokus på at lave mad efter De officielle Kostråd.

Årsplanen er vejledende, da der skal være plads til at arbejde videre med noget børnene begejstres over eller har behov for og hvis der opstår nye gode ideer undervejs.

Periode	Tema	Hvad skal eleverne lære?	Hvordan arbejder vi?	Produkter	Evaluering af forløbet
<b>0 klasse og 1 klasse</b>	Madpakkehånd	<p>-Forståelse af madpakkehånden, som gør det nemmere at huske, hvad der er godt at få med i en sund og klimavenlig madpakke (brød, grønt, på brødet, fisk, frugt)</p> <p>-De kan bruge deres viden om madpakkehånd i deres egen madpakke.</p>	<p>-Hver uge laver vi mad i grupper</p> <p>- De kan huske og forklare madpakkehånden</p> <p>-De anvender viden om madpakkehånden til deres egen madpakke.</p>	<p>Vi skal lave mad inspireret fra de 5 fingre af Madpakkehånden:</p> <p><u>Brød</u> (fuldkornsbrød – helst fuldkornsvarianter af rugbrød eller andet brød)</p> <p><u>Grønt</u> (snackgrønt, salat eller grønt på brødet)</p> <p><u>På brødet</u> (bælgfrugter, æg, ost eller kød)</p> <p><u>Fisk</u> (forskellige slags fisk og skaldyr)</p> <p><u>Frugt</u> (det friske og søde)</p>	

<p><b>2 klasse og 3 klasse</b></p>	<p>De officielle Kostråd</p>	<p>-Forståelse af de officielle kostråd og hvordan din mad kan se ud, hvis du vil spise planterigt, sundt og varieret.</p> <p>-De kan bruge deres viden om de officielle kostråd til at lave mad derhjemme.</p> <p>-De laver mad efter en opskrift</p>	<p>-Hver uge laver vi mad i grupper</p> <p>- De kan huske og forklare de officielle kostråd</p> <p>-De anvender viden om de officielle kostråd til deres egne måltider.</p>	<p>Vi skal lave mad inspireret fra de 6 fødevarergrupper i de officielle kostråd:</p> <p>-Mad med fuldkorn</p> <p>-Kartofler</p> <p>-Nødder, frø og planteolier</p> <p>-Bælgfrugter</p> <p>-Mejeriprodukter og æg</p> <p>-Fisk og kød</p>	
--	----------------------------------	--	---	---	--