



Hestra Midgårdskolan 2018-05-02

Hej

Då är vi inne på slutet av terminen och detta läsåret. Framöver kommer all information som berör skolans organisation finnas att läsa på vår hemsida.

<https://www.boras.se/utbildningochforskola/grundskola/grundskolor/hestramidgardskolan.4.143f48f4158d2c5dae2716cd.html>

Skolavslutning fredag 15 juni

Elever i åk 4-6 samlas i sina klassrum kl 8.15 och går gemensamt till idrottshallen kl 8.20. Där avslutar vi läsåret tillsammans med vår musiklärare Philippa. Vi är färdiga kl 8.50.

Elever i F-3 samlas i sina klassrum kl 8.15 och umgås tillsammans. Kl 9.05 går de gemensamt till idrottshallen där vi avslutar läsåret tillsammans. Eleverna slutar kl. 9:40 då öppnar våra fritidsavdelningar. Vi återkommer med information om tider för skolskjutsarna.

Alla föräldrar hälsas välkomna att delta i vår avslutning.

Skräpplockardagar

Vi är med i kampanjen Håll Sverige Rent. Att plocka skräp är ett konkret sätt att påverka sin närmiljö till det bättre och skapa en stolthet över platsen man bor på. Detta genomförs i alla klasser på skolan 7-9 maj.

Uteidrott

Årskurs 3 - 6 börjar med idrott utomhus från och med vecka 18. Tag med kläder efter väder.

Kompisvecka

V 21 har vi extra fokus på vad det innebär att vara en bra kompis. Det är elevrådet som hjälper till att planera och genomför veckan. Under veckan serveras det även önskelunch och veckan avslutas med en crazy day.

Crazy day innebär att alla som vill vara med har en "konstig" frisyr eller har "tokiga" kläder.

Läsåret 18/19

Vi börjar skolan onsdagen 22 augusti kl 8.15. Mer information kommer att finnas på hemsidan. Se uppdaterad information i början av augusti.

Hälsningar

Christina Asp Olsén

Rektor

Klimatanpassad matsedel

Kanske har ni märkt att vår matsedel har förändrats, ibland med nya rätter och att vissa livsmedel återkommer oftare och andra mer sällan?

Som vi tidigare informerat om är samtliga 130 skolrestauranger och förskolekök i Borås Stad KRAV-certifierade sedan hösten 2017. Det innebär bland annat att samtliga kök köper minst 25 % ekologiska livsmedel varav minst hälften är KRAV-märkta. Dessutom fortsätter kökspersonalen arbetet med att laga mycket mat från grunden.

Varför klimatanpassad matsedel?

Vad vi äter är viktigt för vår hälsa. Genom att vi gör medvetna val och jobbar för att minska matsvinnet kan måltiderna i förskolan och skolan bidra till en minskad miljöpåverkan och bra villkor för både människor och djur. Miljösmarta livsmedelsval handlar dels om att vi ökar mängden grönsaker och minskar mängden kött, dels om att vi gör miljösmarta val i respektive livsmedelsgrupp.

Därför har vi, som ett led i strävan mot Borås Stads miljömål, klimatanpassat vår matsedel och våra recept.

Hur bestäms matsedelns innehåll?

Det viktigaste är att våra barn och elever får en näringsrik och varierad kost. Bra mat är

mat som de lockas av och tycker om, men som också utmanar deras smaker och preferenser. Måltiderna ska ge dem energi och näring för att växa, utvecklas och orka med dagarna i skolan eller förskolan. Därför näringsvärdesberäknar vi matsedlarna på en 10-veckors period och ser till att energi- och näringsinnehållet i maten uppfyller Livsmedelsverkets rekommendationer.

I Borås Stad finns en aktiv matsedelsgrupp som arbetar med att löpande samla in synpunkter, recept och förslag från barn, elever och personal på våra skolor och förskolor. Arbetet resulterar i justeringar och utveckling av kommande matsedlar.

Hur märks den klimatanpassade matsedeln? Här är några exempel på förändringar vi gör:

- Köttkonsumtionen ökar i Sverige. Samtidigt vet vi att kött har en hög klimatpåverkan. Därför ser vi över vår matsedel för att försöka minska antalet kötträtter, välja kycklingkött före nötkött eller välja andra proteinrika livsmedel.
- Vi serverar fisk oftare eftersom fisk har en lägre klimatpåverkan än kött samt att Livsmedelsverket förespråkar mer fisk. Det innebär att det varannan vecka serveras fisk vid två tillfällen. För variationens skull är det ofta en rätt med stekt eller panerad fisk och en rätt med fiskgratäng. Fisken som köps in är MSC-märkt och därmed inte utrotningshotad, rödlistad fisk.
- Ibland serverar vi enbart vegetariska rätter. Utmaningen här är att hitta rätter och recept som uppskattas av våra barn och elever så att de får en positiv upplevelse av maten vi erbjuder. Vi tar därför tacksamt emot förslag på rätter och recept, hör av er till vår

verksamhetsutvecklare Mariann Hult.

- Ris påverkar utsläppen av växthusgaser, därför serveras ris högst fem gånger under en 10-veckors period. När ris serveras ska det finnas annat alternativ till exempel bulgur, couscous eller matvete.

Vill du veta mer?

Om du har frågor om vår klimatanpassade matsedel är du välkommen att kontakta vår verksamhetsutvecklare Mariann Hult, mariann.hult@boras.se