

Kostpolitik for hovedkøkkenet og eksterne kantiner Uddannelsescenter Holstebro

Køkken/kantine området på Uddannelsescenter Holstebro består af et hovedkøkken og fire eksterne kantiner.

Hovedkøkkenet, Nørre boulevard 21, 7500 Holstebro

Kantinen på Teknologicentret, Valdemar Poulsensvej 2, 7500 Holstebro


Kantinen på Handelsskolen, Døesvej 76, 7500 Holstebro

Kantinen Midtpunktet Døesvej 70, 7500 Holstebro

Kantinen på Center for Transport og Logistik, Bastrupgaardvej 5, 7500 Holstebro

I hovedkøkkenet/kantinerne er det vores ansvar at give vore brugere muligheden for at vælge en kost, der er tilpasset målgruppens behov og ønsker, således de ernæringsmæssige behov dækkes gennem de måltider der tilbydes.

Da vi er et uddannelsessted, er det vores mål, at vi er med til at fremme den almene sundhed blandt vores elever, kursister og ansatte. Det gør vi bl.a. ved at planlægge kosten ud fra Sundhedsstyrelsen anbefalinger til normalkosten, vi tager udgangspunkt i de 10 kostråd, og samtidig tager vi Y-tallerken modellen ind både visuelt og i praksis.


En del af målsætningen for køkken/kantineområdet er, at produktionen opnår Det Økologiske spisemærke 

De officielle Kostråd udstedt af Sundhedsstyrelsen:

- Spis varieret, ikke for meget og vær fysisk aktiv
- Spis frugt og mange grønsager Spis 6 om dagen – det svarer til ca. 600 g grønsager og frugt.
- Spis mere fisk Spis fisk mindst to gange om ugen
- Vælg fuldkorn Spis mindst 75 gram fuldkorn om dagen
- Vælg magert kød og kødpålæg Vælg kød og kødprodukter med maks. 10 % fedt
- Vælg magre mejeriprodukter Vælg mælkeprodukter såsom skummet-, mini- eller kærnemælk
- Spis mindre mættet fedt
- Spis mad med mindre salt
- Spis mindre sukker
- Drik vand



Visioner for udbuddet i hovedkøkkenet /kantine:

- Maden skal være frisk og veltillavet, ernæringsrigtig og varieret
- Den skal fortrinsvis bestå af friske råvarer, afpasset årstid
- Der lægges vægt på at fremme brugernes indtag af frugt, grønt og fisk
- Der lægges vægt på at reducerer indtaget af fedt, specielt det mættede fedt.
- Brød og kager leveres fra skolens egen bagerafdeling i den udstrækning det er muligt
- Kød og pålæg leveres hovedsageligt fra skolens slagterafdeling.
- Der er mulighed for bestilling af diæter.
- Spørg køkken/kantine personalet om allergener.
- Køkken/kantines målsætning er at arbejde hen i mod mærkningsordningen "Det Økologiske Spisemærke" 

Det daglige tilbud på skolehjemmet:

Vi tilbyder 3 hovedmåltider og 2 mellemmåltider om dagen.

Til morgenmad:

Havregryn, cornflakes, rugfrø, diverse yoghurt, hjemmelavet mysli, hjemmebagt rugbrød, franskbrød, knækbrød, ost, pålæg, marmelade, honning, pålægschokolade samt frugt og snæk grønt.

Af drikkevarer tilbydes: letmælk, minimælk, skummetmælk og juice.

Til middag:

Der tilbydes én varm middagsret hver dag. Middagsretten består altid af enten kartofler, ris eller pasta, kødret, et velassorteret tå selv salat / råkost buffet samt groft brød / madbrød.

Til mellem måltiderne:

Groft brød/boller, smør, marmelade, ost/pålæg, gulerødder og frugt. Til aftenskafe, hver onsdag, tilbydes desuden hjemmebagt kage. Desuden tilbydes kaffe/the/varm cacao

Til aftensmad:

Som basis for aftensmaden, serveres der rugbrød/ groft brød, pålægsgade, fiskepålæg og æg samt salatbar.

Der suppleres med lune retter.

Til alle måltiderne er der tilbud om koldt vand og kaffe / the

Rabat på spisebilletter:

Der vil være mulighed for at købe et ark med 10 spisebilletter for kr. 400,00 Dette giver mulighed for at spise det man kan af dagens ret inc. et velassorteret tå selv salat / råkost buffet og brød / madbrød

Samarbejdet mellem bruger og køkkenet

For at fremme samarbejdet med kosteleverne, afholdes et dialogmøde med bolle og varm kakao, en til to gange årligt. Desuden er en daglig aktiv dialog, hvor personalet er opsøgende og nysgerrige over for elever/kundernes feedback, vigtig for os. Dette gør vi bl.a. for at imødekomme evt. ønsker fra vore elever/kunder, som vi så vidt det er muligt, realiseres. Desuden kan mange evt. misforståelser tages i opløbet ved sådan et samarbejde mellem bruger og køkkenet.

Ligeledes ligges der vægt på at fremmes samarbejdet mellem køkkenet og sportscollege. Dette gøres ved at 1 pers. fra hovedkøkkenet deltager, med jævne mellemrum, i morgensamling på sportscollege. Formålet med mødet er at få en dialog med eleverne vedrørende deres specielle ønsker/ behov.

Desuden har alle brugerne mulighed for at komme med forslag, ris og/eller ros til køkkenet i form af direkte kontakt med køkkenpersonalet.

De generelle tilbud i kantinerne:

Da brugerne/målgrupperne i de enkelte kantiner er forskellige, kan tilbuddene i de enkelte kantiner forekomme varieret.

Tilbud formiddag:

- Hjemmebagt rugbrød og/eller boller, bake-off rundstykker, morgenbrød/wienerbrød, scones, chokoladeboller og franskbrød i skiver
- Pålæg: rullepølse, spegepølse, hamburgerryg - ost med og uden kommen, smøreost, ostehaps.
- Marmelade, honning, Nutella, pålægschokolade og smør
- Mini meal, skyr m/ frugt og yoghurt
- Cacaomælk, mælk, drikke skyr, drikke cultura, juice, vand, sodavand, icethe, kaffe og the.

Tilbud, mellemmåltider:

- Frugt – hele og udskåret
- Gulerødder i poser
- Snack grøntsager
- Kage
- Sæson retter: is, koldskål, ris a` la mande, æbleskiver m.m.

Tilbud, frokost:

- Fastfood, sandwich, boller / rugbrødsboller m. pålæg o. lig.
- En gang ugentligt tilbydes i nogle kantiner håndmadder
- Dagens lune ret
- Råkost / salatbar
- Groft brød / rugbrød

Øvrige tilbud i kantinerne:

- Fri adgang til koldt postevand
- Diverse mælkeprodukter, cacaomælk, yoghurt, juice o.lig.
- Kaffe/the
- Mulighed for køb af slik og kage
- Det er mulighed for at ligge medbragt mad i af de opstillede køleskab
- Mikrobølge ovn

Rabat kupon:

Der er mulighed for at købe 10 x rabat kuponer og betale for 9 Kuponer kan benyttes til følgende:

- Frokostret
- UCH sandwich
- Stor salatbæger

- Kaffe / the

De fysiske rammer omkring måltidet:

Kantinerne har en social funktion som et centralt mødested i kundernes hverdag. Dette imødekommes ved at tilbyde et attraktivt og inspirerende spisemiljø for alle brugere.

Møde servering:

Mødeserveringen skal stemme overens med kostpolitikens overordnede mål og visioner for kantinens udbud, derudover lægges der vægt på præsentabel og lettilgængelige anretninger, med fokus på kvalitet frem for kvantitet.

Desuden kan der til den traditionelle møde forplejning vælges "Et sundt alternativ" der tager afsæt i kostpolitikken og dermed i de 10 kostråd.

Udvalg af tilbud til mødeservering fremgår af arrangementsblanketterne på skolens intranet.