

Hvad er en Madskole?

Amager Fælled skole har en sundheds- og madskoleprofil, hvorfor dette spiller en aktiv rolle i vores værdigrundlag og vores DNA. Vores Madskole er mere end et produktionskøkken og mere end en madordning. Det er en skole hvor maden er en integreret del af skolens hverdag, pædagogik og organisering. Frokosten er lavet af et engageret køkkenteam, som sammen med en gruppe elever, tilbereder dagens måltid. Madskolen er også et læringsrum, hvor eleverne skal være en uge ad gangen, mens de går i 5.-7.klasse. Her har eleverne en anderledes uge med en masse madlavning, værtskab og tværfaglighed.

I Madskolen spiser alle elever og de fleste medarbejdere frokost. Alle kan tilmelde sig skolens madordning. Madskolen er et samlingspunkt, hvor alle elever spiser frokost sammen, uanset om det er medbragt madpakke eller er tilmeldt madordningen. Eleverne spiser sammen med deres klasse og deres lærer eller pædagog. Der er afsat tid til at spise, tale om maden, bordskik og pause. Der vil typisk være en vegetardag, suppedag, køddag, fiskedag og en rugbrødsdag. Desuden laver vi sunde madpakker, når klasserne skal på tur. De elever som ikke er på mælkeordningen, får serveret vand til frokosten.

Maden er en god blanding af traditionelle danske retter og verdenskøkken. Vi tilstræber at bruge danske råvarer efter sæson. Vi sætter en stor ære i at lave alt maden fra bunden. Det vil sige, at vi bager vores egen surdejsbrød i flere varianter, rugbrød, mayonnaise, bouillon, dressinger osv.

Maden er lavet af 90% økologiske råvarer og kødet er hallal slagtet.



Stegt fisk med fennikel, rejer, kartofler og skaldyrsovs

Vi arbejder med begrebet 'madmod', det vil sige, at vi prøver nye smage, forskellige konsistenser eller ingredienser, hvilket kan være spændende og lærerigt. På dage med udfordrende råvarer, sørger vi for at der er genkendelige råvarer som brød og frugt/gnavegrønt.

De fleste elever glæder sig til at komme med i køkkenet. Når eleverne er i Madskolen får de morgenmad og frokost. De indgår i små hold, og deltager i produktionen. Der er en masse læring i løbet af dagen, da vi læser opskrifter, måler og vejer, snakker om (mad)historie, kemiske og biologiske processer i madlavningen. Under serveringen skal eleverne være værter, hvor der er fokus på de sociale kompetencer. Vi øver at være udadvendt, smilende, imødekommende og opmærksom, når vi serverer maden. Dagen slutter med 30 minutters undervisning. Det kan handle om dagens råvarer, opskrifter eller teknikker. Om sommeren passer vi vores urtehave.



Surdejsbrød.

Q & A

Skal man tilmelde sig til madordningen en måned ad gangen?

Ja, vi arbejder med meget små budgetter og har brug for at vide, hvor mange der skal laves mad til.

Udskolings elever har dog mulighed for at tilkøbe et dagsmåltid med mobilepay.

Er der mad til vegetarianer, allergener eller religiøse præferencer?

Ja, der vil altid være et vegetarisk alternativ på kød og fiske dage. Det kød vi serverer er altid hallal slagtet. Vi kan tilbyde mad til de fleste elever, som har en fødevareallergi. Vi vil dog gerne have besked fra forældre eller læge. Vi tilbyder ikke et vegansk alternativ.



Så er der lavet salt-syltede citroner

Hvordan tilmelder jeg mit barn?

Ved at gå ind på hjemmesiden og oprette sig som bruger.

https://kbh.skolemad.dk/amager_faelled_skole/

Hvad med ferier og lukkedage?

Prisen varierer afhængig af hvor mange skoledage, der er på en måned.



Hjemmelavet kyllingleverpostej med tilbehør

Hvad nu hvis klassen skal på tur?

Vi laver sunde madpakker bestående af f.eks. en sandwich, salat eller durumrulle med varieret fyld. Derudover vil der være nødder, tørret/frisk frugt og et stykke grønt f.eks. en gulerod eller agurk.

Er det farligt at mit barn er med i køkkenet?

Vi inviterer eleverne på besøg ugen inden de skal være i køkkenet. Eleverne introduceres til sikkerhed, hygiejne og regler i køkkenet. Eleverne vil altid være sammen med en faglært voksen.

Hvad skal eleverne have på, når de skal være i køkkenet?

Lukkede sko, lange bukser og evt. en tætsiddende langærmet T-shirt. Eleverne får udleveret en madskole T-shirt og et forklæde. Har eleven langt hår, skal de huske at medbringe en hårelastik.

Hvis der er spørgsmål til tilmelding og betaling kan i kontakte skolens kontor og hvis der er andre spørgsmål til Madskolen kan i kontakte madskoleteamet.



Tomatsalat med pasta og rucola

**Et eksempel på hvordan menuen i madskolen
kan se ud på en uge:**

Suppe lavet på grønne ærter, urtecreme og croutoner
Brød og grøntsags stænger.

Chili sin Carne med ris, creme fraiche og hjemmelavet
chilidressing
Grøn salat og frugtåde.

Dampet kulmule med grønne asparges og fennikel,
hertil kartoffelmos.
Tomatsalat med dild og estragon.

Braiseret tykkam med pasta og aubergine.
Agurkesalat med rucola og balsamico

Hjemmebagt rugbrød med æggesalat eller tunsalat.
Tomat og agurk.



En folkeskole i
KØBENHAVNS KOMMUNE



Velkommen til Amager Fælled Skoles Madskole

