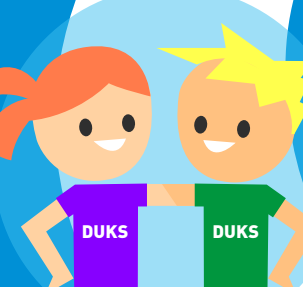


KOLD MÆLK TIL MADPAKKEN

Skolemælk er en praktisk ordning, som sikrer, at dit barn kan få frisk mælk til madpakken hver dag. Skolemælk har et tæt og godt samarbejde med skolernes personale, som får det hele til at fungere i hverdagen. Det er vi taknemmelige for.

SKOLENS MÆLKEANSVARLIGE sørger for, at mælken pakkes til hver klasse i en køletaske.

SPISEPAUSE! Mælkekuksen henter køletasken og bringer den hen i klassen. På nogle skoler tager børnene selv mælken i køleskabet.



SÅ ER DER SERVERET Kold mælk til madpakken – Velbekomme!



OPRET ABONNEMENT på skolemælk på skolemælk.dk. Vælg hvilken mælk dit barn skal have, og hvordan du vil betale. Du kan altid skifte til en anden mælk eller stoppe abonnementet.



GROSSISTEN LEVERER mælken til skolen – chaufføren stiller mælken helt ind i køleskabet, så mælken hele tiden er kold.

NÆRING TIL LÆRING

4 GODE GRUNDE TIL AT DRIKKE SKOLEMÆLK



CALCIUM

Mælk er den vigtigste kilde til calcium i kosten og er med til at styrke dit barns knogler. Ved at drikke et stort glas mælk får børnene ca. halvdelen af den mængde calcium, de skal have hver dag.



PROTEIN

Mælk har et højt indhold af protein, som er kroppens vigtigste byggesten. Byggestenene bruges især til opbygning af muskler og knogler.



MINERALER OG VITAMINER

Mælk indeholder en pakke af mineraler og vitaminer, som er vigtige for børn. Faktisk er mælk en af de fødevarer, der indeholder flest forskellige næringsstoffer i samme produkt.



SKOLEMÆLK GØR MADPAKKEN MERE KOMPLET

En god madpakke med groft brød, frugt og grøntsager giver, sammen med en skolemælk, mange vigtige næringsstoffer, som børnene har brug for hver dag som næring til læring.

Fødevarestyrelsen angiver, at børn mellem 7 og 15 år kan drikke 1/4 liter mager mælk til deres frokost og fordele resten af den halve liter mager mælk eller mælkeprodukt over resten af dagen.

Kilde: atommkost.dk 'Mælk til måltider'.

MEJERIERNES SKOLEMÆLKSORDNING



AGRO FOOD PARK 13 · 8200 ÅRHUS N
TLF. 87 31 21 40
skolemælk@mejeri.dk
skolemælk.dk



SKOLEMÆLK PÅ FACEBOOK OG INSPIRATION TIL MADPAKKEN
Skolemælk på Facebook er et forældreforum, hvor der er plads til snak om mælk og sundhed.

SKOLE MÆLK 2017



SKOLEMÆLK TIL MADPAKKEN SÅDAN BESTILLER DU

SPIL MÆLKEVEJEN SJØVT SPIL inde i folderen



VI BRINGER SUNDHED IND I SKOLEN

VELKOMMEN I SKOLE

Det er både sjovt og hårdt at gå i skole, og det kræver næring til læring! Mange børn drikker skolemælk, fordi det er et godt supplement til madpakken, og giver energi til en lang skoledag.

BESTIL SKOLEMÆLK NU

1. Gå ind på skolemælk.dk
2. Opret dig selv og dit barn, vælg dit barns favoritmælk og bestil
3. Du er i gang - dit barn vil fremover få serveret kold mælk til madpakken

Dit barns første mælkedag oplyses på kvitteringen. Du kan til enhver tid afmelde eller ændre skolemælken i netbutikken.

NEMT OG ENKELT ABONNEMENT
Når du tilmelder dig Skolemælk, kan du selv vælge hvilken betalingsform du ønsker. Du betaler naturligvis kun for de skoledage, dit barns skole har angivet. Vælg mellem:

BETALINGSSERVICE
Abonnement med betalingservice, hvor du bliver trukket 2 gange årligt.

BETALINGSKORT
Abonnement med betalingskort, hvor du bliver trukket hvert kvartal.

PSST!
VI TILBYDER OGSÅ LAKTOSEFRI SKOLEMÆLK!

MADPAKKE-DYSTEN

Prøv Madpakkedysten på edutainmenthuset.dk og bliv klog på madpakken.

TV-Kok Louisa Lorang og Sylvester underviser børnene om henholdsvis Brød, Frugt og Grønt, Pålæg og 10'er mad igennem 4 læringsvideoer, hvorefter børnene kan prøve quizen og se om man kan svare rigtigt på alle spørgsmålene.



SAVNER DU INSPIRATION TIL MADPAKKEN?

Så tjek vores opskrifter på aargangund.dk



SKOLEMÆLKSLEGATET UDDELER 2x100.000 KR. TIL SKOLERNE

Over 100 klasser har allerede modtaget midler fra Skolemælkslegatet. I alt uddeler vi 2 x 100.000 kroner årligt fordelt på legater af ca. 5.000 kr. Du kan opfordre dit barns lærer til at søge om Skolemælkslegatet på Edutainmenthuset.dk



SPIL MÆLKEVEJEN

Mælkevejen er et sjovt spil til børn. Spil med dit barn eller vær i nærheden, så du kan læse op, hvor det er nødvendigt. Spillet udfordrer børnene med fysisk aktivitet, viden og venskab. Det er nemt og alle kan være med. **God fornøjelse**

LAV SELV SPILLEBRIKKER

1. Klip brikkerne ud.
2. Lim brikkerne på mælkelåg eller tykt pap.
3. Spil Mælkevejen.



Kom med Skolemælk i LEGOLAND®

Farvelæg koen – eller print én af de mange andre sjove køer på skolemælk.dk/LEGOLAND – og aflever den i billethuset ved LEGOLAND®, så får I én fribillet til ét barn 3-12 år.

FALCK DAG	LEGO® STAR WARS™ DAYS	SEPTEMBER SHOWS
20. maj	10.-11. juni	16. september
2. september	9. september	30. september

Børnebillet til LEGOLAND®

Gælder ét besøg for ét barn (3-12 år), i perioden 29. april til 30. september 2017. Værdi kr. 339. Kan KUN indløses ved billethuset i LEGOLAND®. Billetten kan ikke kombineres med andre rabatter, ombyttes til kontanter eller ændres til andre billettyper. Se åbningstider på LEGOLAND.dk



MÆLKEVEJEN

START

10 HAVEBØJNINGER
ØV! → 1

LØB RUNDT OM BORDET

ENERGI
ØV! → 1

HOP

MÆLKE 'FALD'
VENT 1 OM GANG

MÆLKE 'FALD'
VENT 1 OM GANG

KRAM DIN SPILMAKKER

QUIZ 1
KOMMER MÆLKEN FRA KOEN, HØNEN ELLER FISKEN?
ØV! → 1

SLAP AF!

STÅ PÅ 1 BEN - TÆL TIL 10

NÆVN 3 SUNDE GRØNTSAGER

HOP 5 GANGE PÅ ET BEN

SIG DIN ADRESSE

ØV!
1 → ØV!

QUIZ 2
I SKOLEN MÅ MAN DRIKKE: SKOLEMÆLK ELLER SODAVAND?
ØV! → 1

ØV!
1 → ØV!

ENERGI
ØV! → 1

SLAP AF!

QUIZ 4
MÆLK INDEHOLDER CALCIUM - JA ELLER NEJ?
ØV! → 1

STÅ PÅ 1 BEN - TÆL TIL 20

MÆLKE 'FALD'
VENT 1 OM GANG

MÆLKE 'FALD'
VENT 1 OM GANG

SIG HVAD DIN SKOLE HEDDER

ENERGI
ØV! → 1

SIG 3 PÆNE TING OM DIN SPILMAKKER

HOP

ENERGI
ØV! → 1

SKRIV DIT NAVN PÅ ET STYKKE PAPIR

SLÅ EN KOLBØTTE

HOP 5 GANGE PÅ ET BEN

ØV!
1 → ØV!

GÅ BAGLÆNS RUNDT OM BORDET

ENERGI
ØV! → 1

SLAP AF!

HOP

ØV!
1 → ØV!

QUIZ 5
FRUGT ER SUNDT - JA ELLER NEJ?
ØV! → 1

5 ARMBØJNINGER

QUIZ 6
GRØNTSAGER ER SUNDE - JA ELLER NEJ?
ØV! → 1

GÅ RUNDT OM BORDET PÅ ALLE FIRE

MÅL

REGLER

ALDER: 5-10 år
ANTAL DELTAGERE: 2-4
DET SKAL DU BRUGE: Saks, lim, 1 terning
UDBYTT: Samvær, fokus på skole, leg og læring

KOM I GANG

- Klip spillebrikkerne ud og lim dem på mælkelåg eller pap
- Spillebrikkerne placeres på "startfeltet"
- Den yngste deltager starter med at slå med terningen
- Terningen bliver kastet og du rykker det antal øjne, som terningen viser
- Gør, som der står på det felt, du lander på
- Derefter er det næste deltagers tur
- Fortsæt indtil alle deltagere er i mål – den der først kommer i mål er vinderen af Mælkevejen

FORKLARING AF FELTER

- Pil mod højre: Ryk et felt frem, når du har udført din opgave
- Pil mod venstre: Ryk et felt tilbage
- Mælkefald "Vent en omgang": Næste gang det bliver din tur, bliver du sprunget over

TIPS TIL DIG!

- Lim spillepladen på kraftigt pap eller karton og få en lidt mere stabil spilleplade.
- Find en æske og dekorér den som en Mælkevejen spillekasse. Det giver spillet gemmeværdi.
- Inviter venner til at spille og server en kold drik i form af mælk, smoothie eller kakaomælk og spillet får en sjov drejning for børnene.
- Når man er rigtig god til spillet, kan man evt. spille med to brikker ad gangen.

Quiz 6: Ja
Quiz 5: Ja
Quiz 4: Ja
Quiz 3: Mælk
Quiz 2: Skolemælk
Quiz 1: Koen