# **Bijlage 1Kieskeurig: aanbod dranken en tussendoortjes**

## Aanbevelingen dranken BaO

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Dranken** | **Aanbod op school** | **Beleid** |
| Water (plat en bruisend)Witte melk Calciumverrijkte sojadrank natuurVerse groentesoep | **Basis (ruim beschikbaar)** | Voor deze dranken wordt een **aanmoedigingsbeleid** gevoerd. Deze dranken zijn bij voorkeur dagelijks en via verschillende kanalen beschikbaar op school. |
| Gezoete melkdranken en calciumverrijkte sojadranken (met fruit, vanille of chocolade)Thee, koffie (zonder toevoeging van suikers)Fruitsap (Sinds 2011 is wettelijk vastgelegd dat fruitsap geen toegevoegde suikers mag bevatten), groentesapGearomatiseerde waters (zonder toegevoegde suikers en/of zoetstoffen)Dranken op basis van granen, noten en zaden (zonder en met toegevoegde suikers) – geen volwaardig alternatief voor melk en calciumverrijkte sojaproducten | **Bij voorkeur niet (in afbouw)** | Voor deze dranken wordt een **uitdoof‑/ontmoedigingsbeleid** gevoerd. Deze dranken biedt de basisschool bij voorkeur niet aan. Biedt de school deze momenteel nog aan, dan wordt dit aanbod afgebouwd. |
| Frisdranken (met toegevoegde suikers)Light frisdranken (met zoetstoffen)Fruitdranken en nectars (met toegevoegde suikers) SportdrankenEnergiedranken (met cafeïne en/of taurine)Alcoholische dranken (bijv. tafelbier) | **Nooit** | Voor deze dranken wordt een **verbodsbeleid** gevoerd. Deze dranken horen niet thuis in de basisschool. |

## Aanbevelingen dranken SO

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Dranken** | **Aanbod**  | **Beleid** |
| Water (plat en bruisend)Witte melk Calcium verrijkte sojadrank natuurVerse groentesoepThee, koffie (zonder toevoeging van suiker)Gearomatiseerde waters (zonder toegevoegde suikers en zoetstoffen) | **Basis (ruim beschikbaar)** | Voor deze dranken wordt een **aanmoedigingsbeleid** gevoerd. Deze dranken zijn bij voorkeur dagelijks en via verschillende kanalen beschikbaar op school. |
| Gezoete melkdranken en calciumverrijkte sojadranken (met fruit, vanille of chocolade)Fruitsap (Sinds 2011 is wettelijk vastgelegd dat fruitsap geen toegevoegde suikers mag bevatten), groentesapLight frisdranken Dranken op basis van granen, noten en zaden (zonder en met toegevoegde suikers) – geen volwaardig alternatief voor melk en calciumverrijkte sojaproducten | **Opties voor uitbreiding (beperkt beschikbaar)**  | Voor deze dranken wordt een **gedoogbeleid** gevoerd. Deze dranken zijn via minder kanalen en/of op beperkte momenten tijdens de schooldag beschikbaar (bijv. er zijn meer aanbodkanalen voor water dan voor light frisdranken). |
| Frisdranken (met toegevoegde suikers)Fruitdranken en nectars (met toegevoegde suikers)Isotone sportdranken | **Bij voorkeur niet (in afbouw)** | Voor deze dranken wordt een **uitdoof‑/ontmoedigingsbeleid** gevoerd. Deze dranken biedt de school bij voorkeur niet aan. Biedt de school deze momenteel nog aan, dan wordt dit aanbod geleidelijk aan afgebouwd. |
| Alcoholische dranken (bijv. tafelbier)Energiedranken (met cafeïne en/of taurine)Hypertone sportdranken | **Nooit** | Voor deze dranken wordt een **verbodsbeleid** gevoerd. Deze dranken horen niet thuis op school. |

## Aanbevelingen tussendoortjes BaO en SO

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tussendoortjes** | **Aanbod** |  |
| Vers fruitGroenten (bijv. kerstomaatjes, wortel, verse groentesoep)Yoghurt natuur (zonder toegevoegde suikers), verse kaas natuur (zonder toegevoegde suikers), alternatief op basis van soja natuur (met calcium verrijkt)Noten (ongezouten) Belegde boterham, rijstwafel, beschuit, knäckebröd | **Basis (ruim beschikbaar)** | Voor deze tussendoortjes wordt een **aanmoedigingsbeleid** gevoerd. Deze tussendoortjes zijn bij voorkeur dagelijks en via verschillende kanalen beschikbaar op school. |
| Fruit op sap of siroopGedroogd fruitSmoothiesYoghurt met fruit (met toegevoegde suikers of zoetstof) of alternatief op basis van soja met fruit (met calcium verrijkt)Melkdesserts zoals pudding, rijstpap, of alternatief op basis van soja (met calcium verrijkt)Granenkoek, droge koek | **Opties voor uitbreiding (beperkt beschikbaar)**  | Voor deze tussendoortjes wordt een **gedoogbeleid** gevoerd. Deze tussendoortjes zijn via minder kanalen en/of op beperkte momenten tijdens de schooldag beschikbaar (bijv. er zijn meer aanbodkanalen voor fruit dan voor droge koeken). |
| Koeken met chocoladeWafels, cake, taartSnoep, chocolade, snoeprepenKoffiekoeken, croissants, donutsWorstenbroodjesChips en andere zoute snacks | **Bij voorkeur niet (in afbouw)** | Voor deze tussendoortjes wordt een **uitdoof‑/ontmoedigingsbeleid** gevoerd. Deze tussendoortjes biedt de school bij voorkeur niet aan. Biedt de school deze momenteel nog aan, dan wordt dit aanbod geleidelijk aan afgebouwd. |