

## Bijlage 1

### Kieskeurig: aanbod dranken en tussendoortjes

#### Aanbevelingen dranken BaO

| Dranken   | Aanbod op school                     | Beleid  |
|---|--------------------------------------|---|
| Water (plat en bruisend)<br>Witte melk<br>Calciumverrijkte sojadrink natuur<br>Verse groentesoep  | <b>Basis (ruim beschikbaar)</b>      | Voor deze dranken wordt een <b>aanmoedigingsbeleid</b> gevoerd. Deze dranken zijn bij voorkeur dagelijks en via verschillende kanalen beschikbaar op school.  |
| Gezoete melkdranken en calciumverrijkte sojadranken (met fruit, vanille of chocolade)<br>Thee, koffie (zonder toevoeging van suikers)<br>Fruitsap (Sinds 2011 is wettelijk vastgelegd dat fruitsap geen toegevoegde suikers mag bevatten), groentesap<br>Gearomatiseerde waters (zonder toegevoegde suikers en/of zoetstoffen)<br>Dranken op basis van granen, noten en zaden (zonder en met toegevoegde suikers) – geen volwaardig alternatief voor melk en calciumverrijkte sojaproducten | <b>Bij voorkeur niet (in afbouw)</b> | Voor deze dranken wordt een <b>uitdoof-/ontmoedigingsbeleid</b> 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)<br>Light frisdranken (met zoetstoffen)<br>Fruitdranken en nectars (met toegevoegde suikers)<br>Sportdranken<br>Energiedranken (met cafeïne en/of taurine)<br>Alcoholische dranken (bijv. tafelbier)   | <b>Nooit</b>                         | Voor deze dranken wordt een <b>verbodsbeleid</b> gevoerd. Deze dranken horen niet thuis in de basisschool.  |

## Aanbevelingen dranken SO

| Dranken   | Aanbod   | Beleid  |
|---|--|---|
| Water (plat en bruisend)<br>Witte melk<br>Calcium verrijkte sojadrnk natuur<br>Verse groentesoep<br>Thee, koffie (zonder toevoeging van suiker)<br>Gearomatiseerde waters (zonder toegevoegde suikers en zoetstoffen)   | <b>Basis (ruim beschikbaar)</b>                      | Voor deze dranken wordt een <b>aanmoedigingsbeleid</b> gevoerd. Deze dranken zijn bij voorkeur dagelijks en via verschillende kanalen beschikbaar op school.  |
| Gezoete melkdranken en calciumverrijkte sojadranken (met fruit, vanille of chocolade)<br>Fruitsap (Sinds 2011 is wettelijk vastgelegd dat fruitsap geen toegevoegde suikers mag bevatten), groentesap<br>Light frisdranken<br>Dranken op basis van granen, noten en zaden (zonder en met toegevoegde suikers) – geen volwaardig alternatief voor melk en calciumverrijkte sojaproducten | <b>Opties voor uitbreiding (beperkt beschikbaar)</b> | Voor deze dranken wordt een <b>gedoogbeleid</b> 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)<br>Fruitdranken en nectars (met toegevoegde suikers)<br>Isotone sportdranken  | <b>Bij voorkeur niet (in afbouw)</b>                 | Voor deze dranken wordt een <b>uitdoof-/ontmoedigingsbeleid</b> 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)<br>Energiedrank (met cafeïne en/of taurine)<br>Hypertone sportdranken  | <b>Nooit</b>   | Voor deze dranken wordt een <b>verbodsbeleid</b> gevoerd. Deze dranken horen niet thuis op school.  |

### Aanbevelingen tussendoortjes BaO en SO

| Tussendoortjes  | Aanbod   |  |
|---|--|--|
| Vers fruit<br>Groenten (bijv. kerstomaatjes, wortel, verse groentesoep)<br>Yoghurt natuur (zonder toegevoegde suikers), verse kaas natuur (zonder toegevoegde suikers), alternatief op basis van soja natuur (met calcium verrijkt)<br>Noten (ongezouten)<br>Belegde boterham, rijstwafel, beschuit, knäckebröd | <b>Basis (ruim beschikbaar)</b>                      | Voor deze tussendoortjes wordt een <b>aanmoedigingsbeleid</b> gevoerd. Deze tussendoortjes zijn bij voorkeur dagelijks en via verschillende kanalen beschikbaar op school.   |
| Fruit op sap of siroop<br>Gedroogd fruit<br>Smoothies<br>Yoghurt met fruit (met toegevoegde suikers of zoetstof) of alternatief op basis van soja met fruit (met calcium verrijkt)<br>Melkdesserts zoals pudding, rijstpap, of alternatief op basis van soja (met calcium verrijkt)<br>Granenkoek, droge koek   | <b>Opties voor uitbreiding (beperkt beschikbaar)</b> | Voor deze tussendoortjes wordt een <b>gedoogbeleid</b> 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 chocolade<br>Wafels, cake, taart<br>Snoep, chocolade, snoeprepen<br>Koffiekoeken, croissants, donuts<br>Worstebroodjes<br>Chips en andere zoute snacks   | <b>Bij voorkeur niet (in afbouw)</b>                 | Voor deze tussendoortjes wordt een <b>uitdoof-/ontmoedigingsbeleid</b> gevoerd. Deze tussendoortjes biedt de school bij voorkeur niet aan. Biedt de school deze momenteel nog aan, dan wordt dit aanbod geleidelijk aan afgebouwd.           |