

Traktaties

Hieperdepiep, hoera! Een verjaardag is een speciaal moment. Samen maken we er een vrolijk feestje van met liedjes, slingers en natuurlijk heel veel aandacht voor de jarige.

Trakteren mag, het hoeft niet!

Wil je iets meegeven voor de groep? Kies dan voor een kleine, gezonde traktatie. Zo blijft het feestelijk en gezond voor alle kinderen. Een klein cadeautje mag ook, we vragen je dan om er geen extra eetbare traktatie bij te doen. Op die manier houden we het voor iedereen toegankelijk én in lijn met onze visie!

Vragen of twijfels
over een traktatie?
Laat het ons weten, we
denken graag met
je mee!

TIPS

Gezond & lekker:

- Een mandarijn, halve banaan of mini-komkommertje met een gezichtje.
- Een fruitsalade in een feestelijk bakje met een leuke gekleurde lepel.
- Van een doosje rozijnen kun je allerlei leuke traktaties maken, van spinnetjes tot Nijntjes.
- Popcorn zonder suiker of zout.
- Frietjes van verschillende groenten in een vrolijk frietzakje.
- Groente- of fruitlettertjes
- Feestwater met vormpjes van meloen of komkommer.

Kleine kadootjes:

- Badspeeltje
- Vingerpoppetje
- Stoepkrijt
- Bellenblaas

www.voedingscentrum.nl heeft nog veel meer leuke en gezonde traktatie-ideeën!