

Inhaltsverzeichnis

- 1. Die KiTa als Lernort für gesundes und genussvolles Essen und Trinken**
 - 1.1 Ernährung und Gesundheitsförderung
 - 1.2 So werden Mahlzeiten eingenommen
 - 1.3 Mitwirkung und Mitsprache der Kinder
 - 1.4 Zusammenarbeit mit Eltern

- 2. Die Qualität der Essensversorgung**
 - 2.1 Auswahl, Qualität und Herkunft der Lebensmittel
 - 2.2 Altersgemäße Lebensmittelverzehrmenen
 - 2.3 Getränke
 - 2.4 Frühstück
 - 2.5 Mittagessen
 - 2.6 Nachmittagssnack
 - 2.7 Speisepläne

- 3. Besondere Anforderungen an die Essensversorgung**
 - 3.1 Essensversorgung von Kindern ab dem 1. Lebensjahr
 - 3.2 Essensversorgung von Kindern mit Allergien und Unverträglichkeiten
 - 3.3 Essensversorgung von Kindern mit religiös und ethisch begründeten Kostformen
 - 3.4 Verpflegung bei besonderen Anlässen

- 4. Struktur und Qualität**
 - 4.1 Hauswirtschaftliche und pädagogische Mitarbeiter sind ein Team
 - 4.2 Anforderungsprofil für hauswirtschaftliches Personal und Küchenhelfer
 - 4.3 Zuständigkeit des pädagogischen Personals
 - 4.4 Krümelkiste und Küche

- 5. Rechtliches für die Ausgabe und Zubereitung von Lebensmitteln**

- 6. Kosten und Abrechnung**

- 7. Quellenangaben**

Einleitung

Dieses Verpflegungskonzept beschreibt praxisnah die Strukturen und Rahmenbedingungen des Verpflegungsangebotes im Haus für Kinder und schließt dabei den Blick auf die Gesundheitsförderung und Ernährungspädagogik mit ein.

Essen ist Genuss. Essen ist Lust. Essen soll das Wohlbefinden stärken, Spaß machen und die Sinne ansprechen. Vollwertiges Essen soll Gesundheit erhalten.

Gemeinsames Essen fördert aber auch das soziale Miteinander. Essen und Trinken bieten vielfältige Zugänge zu Bildungsprozessen, denn Ernährungswissen ist Wissen um Natur, Nahrungsmittel, ihre Herkunft, ihr Wachsen und die Bedeutung für Menschen.

Unseren hauswirtschaftlichen und pädagogischen Mitarbeiter/innen dient es als fachliche Orientierung. Eltern können aus der Anwendung des Verpflegungskonzeptes Vertrauen in die Ernährungsversorgung ihrer Kinder schöpfen. Für den Träger ist es vor allem auch ein Instrument für mehr Qualität im Ernährungsbereich.



Für den Träger:

Leitung:

Verpflegungsbeauftragte:

René Schlehr

Jasmin Popp

Simone Schönberger

1. Bürgermeister

1. Unser Haus für Kinder als Lernort für gesundes und genussvolles Essen und Trinken

1.1. Ernährung und Gesundheitsförderung

Kinder eignen sich ihr Essverhalten maßgeblich durch Imitationslernen von Vorbildern an. Ernährungswissen im klassischen Sinne hat für sie praktisch keinen Einfluss auf ihre Lebensmittelauswahl. Um die Wahrscheinlichkeit einer gesunden Ernährung zu erhöhen ist zum einen ein entsprechendes Speisenangebot und zum anderen die Vorbildfunktion der Erwachsenen entscheidend.

Neben der Aufgabe der Betreuung und Erziehung von Kindern haben Kindertageseinrichtungen auch einen Bildungsauftrag (§22 Abs.3 SGB VIII und Bayerischer Bildungs- und Erziehungsplan). Hierzu zählt auch die Ernährungsbildung, z. B. im Rahmen der Bildung eines gesundheitsfördernden Verhaltens. Im Sinne der ganzheitlichen Förderung ist das Lernfeld „Ernährung“ in vielen Bereichen des pädagogischen Alltags präsent und fließt somit in alle Entwicklungsbereiche mit ein. Gerade im Hinblick darauf, dass die Grundlagen für ein gesundes Verhalten in den ersten Lebensjahren gelegt werden, kommt der Ernährungsbildung ein besonderer Stellenwert zu. Der Bildungsplan beruft sich hierbei auf die Charta der 1. Internationalen Konferenz zur Gesundheitsförderung (Ottawa, 1986), die festgelegt hat:

„Gesundheitsförderliches Handeln bemüht sich darum (...) gleiche Möglichkeiten und Voraussetzungen zu schaffen, damit alle Menschen befähigt werden, ihr größtmögliches Gesundheitspotenzial zu verwirklichen.“

Der Bayerische Bildungs- und Erziehungsplan definiert deshalb folgende Ziele:

- Signale des eigenen Körpers wahrnehmen
- Eigene Gefühle und deren Auswirkungen auf den Körper wahrnehmen und damit umgehen können
- Essen als Genuss mit allen Sinnen erleben
- Unterscheiden lernen zwischen Hunger und Appetit
- Anzeichen von Sättigung erkennen und entsprechend reagieren
- Sich eine Essenskultur und Tischmanieren aneignen und gemeinsame Mahlzeiten als Pflege sozialer Beziehungen verstehen
- Wissen über kulturelle Besonderheiten erlangen

- Sich Wissen über gesunde Ernährung und die Folgen ungesunder Ernährung aneignen
- Grundverständnis erwerben über Produktion, Beschaffung, Zusammenstellung und Verarbeitung von Lebensmitteln
- Erfahrungen mit der Zubereitung von Speisen sammeln
-
- Weiterhin ist gerade der Bereich „Ernährungsbildung“ nicht isoliert von den anderen Bildungsbereichen zu sehen, so dass sich zu sämtlichen anderen Bereichen Querverbindungen ergeben. (Mathematik und Naturwissenschaft, Umwelterziehung, Bewegung, Emotionalität, Sozialverhalten, interkulturelle Erziehung, ...)

Wir bieten jedem Kind günstige Rahmenbedingungen und Chancengleichheit. Die Mitsprache und Mitwirkung der Kinder an der Essensversorgung stärkt ihre eigene Wertschätzung und die den Anderen gegenüber. Beim selbständigen Tun lernen sie ihre Fähigkeiten einzuschätzen und weiterzuentwickeln. Durch die Möglichkeit ihr Essen selbst zu bestimmen entwickeln sie eine differenzierte Selbst- und Körperwahrnehmung für Hunger und Sättigung. Eine positiv erlebte Tischatmosphäre stärkt die Genussfähigkeit.

1.2. So werden Mahlzeiten eingenommen

Die Kinder sollen lernen, eigene Signale für Hunger und Sättigung zu spüren, selbst entscheiden können, was und wie viel sie essen, sowie mit Freude abwechslungsreiche und gesunde Speisen zu genießen und offen dafür zu sein, Neues zu probieren. Das sind wichtige Ziele unserer Arbeit.

Die Kinder können selbst entscheiden ob, was, wie viel und mit wem sie essen möchten. Ausnahme: Kinder mit Allergien, Lebensmittelunverträglichkeiten oder religiös begründeter Kostform. (Siehe Kapitel 3)

Jedes Kind darf seinem Entwicklungsstand entsprechend selbst sein Essen nehmen und sich Getränke eingießen. Dabei bekommen sie Hilfestellung vom pädagogischem Personal.

Während des Essens stehen die ErzieherInnen als Begleitung und Hilfestellung zur Verfügung. Sie wecken die Neugier der Kinder für Speisen, sprechen mit ihnen über Vorlieben, Herkunft und Zusammensetzung der Speisen, Geschmack, Geruch und Aussehen.

Die pädagogische Fachkraft ermuntert die Kinder durch aufmerksame Zuwendung auch unbekannte Speisen zu probieren, akzeptiert aber deren

Entscheidungsfreiheit. Wir vertrauen den Kindern, zwischen Hunger und Sättigung zu unterscheiden. Kein Kind wird im Haus für Kinder zum Essen gezwungen, Reste auf dem Teller werden akzeptiert.

Wir sind uns bewusst, dass auch unser Essverhalten von den Kindern beobachtet und imitiert wird und wir damit großen Einfluss auf das Essverhalten der Kinder haben. Deshalb nehmen auch wir mit einem „pädagogischen Happen“ am gemeinsamen Essen teil.

In unserer Rolle als Vorbilder legen wir Wert darauf, den Kindern unsere westliche Tischkultur vorzuleben und mit ihnen entsprechende Verhaltensregeln einzuüben.

Wir beobachten die Kinder beim Essen und Trinken, nehmen die Vorlieben und Abneigungen wahr und achten auf sprachliche und nichtsprachliche Signale der Kinder. Bei wiederkehrenden auffälligem Essverhalten sprechen wir mit den Eltern.

Der zeitliche Rahmen für die Mahlzeiten ist so geregelt, dass jedes Kind ausreichend Zeit hat in seinem individuellen Tempo zu essen. Sie werden nicht zur Eile angetrieben.

Da Essen ein Grundbedürfnis ist, darf es nicht als Belohnung oder Bestrafung eingesetzt werden. So gibt es für alle Kinder auch Nachtisch (vorausgesetzt es gibt an diesem Tag einen) unabhängig davon, ob es die Hauptmahlzeit aufgegessen hat.

Besonderen Wert legen wir auf Geschirr aus Porzellan und Glas, denn dadurch ermöglichen wir den Kindern Erfahrungen mit zerbrechlichem Material zu machen. Kannen, Schüsseln, Schöpfergeräte und Besteck sind auf das eigenständige Tun der Kinder abgestimmt.

Rituale oder Tischsprüche und wiederkehrende Abläufe geben eine Struktur und vermitteln den Kindern Sicherheit.

So essen wir in der Krippe

In der Krippe wird aufgrund des Alters- und Entwicklungsstandes um 9.00 und um 12.15 Uhr gemeinsam gegessen. Die hauswirtschaftlichen Kräfte bereiten das Frühstück und das Mittagessen zu und bringen es dann in den Gruppenraum, wo die pädagogischen Fachkräfte die Kinder beim Essen unterstützen und begleiten.

- Vor dem Essen gehen wir Hände waschen und sprechen gemeinsam einen Tischspruch.
- Der Entwicklungsstand der Krippenkinder kann sehr unterschiedlich sein. Deshalb geht das Personal individuell auf die verschiedenen Bedürfnisse der Kinder ein. Manche Kinder werden gefüttert, Andere können und wollen schon ohne Unterstützung essen...
- Auch unsere Kleinsten haben Vorlieben oder Abneigungen. Es ist wichtig, die Signale der Kinder zu erkennen und sie bei der Entscheidung, was und wie viel sie essen möchten zu respektieren.
- Das Essen steht in der Mitte des Tisches, so dass es die Kinder gut sehen und aussuchen können. Will ein Kind noch Essen nachhaben, reichen wir ihm die Platte und es darf sich nehmen.
- Jedes Kind hat einen eigenen Becher oder Glas mit seinem Symbol, der oder das ihm jederzeit wieder nachgeschenkt wird.
- Ist ein Kind fertig mit essen, darf es aufstehen, sein benutztes Geschirr auf den Geschirrwagen stellen, Hände und Mund waschen und dann spielen gehen. Die Kinder können so lange am Esstisch sitzen bleiben, bis sie satt sind.
- Nach dem Essen dürfen zwei Kinder den Geschirrwagen mit in die Küche schieben.
- Die Kinder, die zur Mittagessenszeit schlafen, bekommen von uns Essen aufgehoben und erhalten ihre Mahlzeit, wenn sie ausgeschlafen haben.

So essen wir im Kindergarten

Frühstück:

Unsere Kindergartenkinder können von 9.00 – 10.30 Uhr frei entscheiden, wann und mit wem sie zum Frühstück gehen wollen. Die Frühstückszeit wird durch mindestens zwei pädagogische Fachkräfte begleitet. Wir achten darauf, dass jedes Kind das Angebot am Buffet wahrnimmt, akzeptieren es aber auch einmal, wenn ein Kind keinen Hunger hat.

- Die Mahlzeit am Morgen verläuft gleitend, so dass die Kinder selbst entscheiden können, wann sie Essen möchten und wann sie Hunger verspüren.
- Wenn die Kinder die „Krümelecke“ betreten, haben sie die freie Platzwahl.
- Während des Frühstücks bekommt jedes Kind genau die Zeit, die es zum Essen, Kommunizieren, Probieren und Genießen benötigt.

- Bei der Auswahl am Buffet erhalten die Kinder jegliche Unterstützung und Hilfestellung vom pädagogischen Personal, so dass alle das finden, was ihnen schmeckt.

Mittagessen:

Das Mittagessen nehmen wir in den Gruppenräumen ein. Nachdem sich alle Kinder an den Tisch gesetzt haben wünschen wir uns mit einem Spruch einen guten Appetit. Das Essen steht in kleinen Schalen auf den Esstischen für sie bereit. Dort schöpfen sich die Kinder ihr Essen selbständig auf ihren Teller und schenken sich ihr Getränk ein. Die Kinder entscheiden auch hier selbst über die Menge, die Anzahl und die Größe ihrer Portion.

Die ErzieherInnen begleiten die Tischsituation, geben Hilfestellung wo sie nötig ist, fungieren als Vorbilder und geben Anstöße für Gespräche.

Wenn die Kinder fertig sind, räumen sie ihr Geschirr auf den Wagen und gehen wieder spielen.

So essen wir im Hort

Je nach Schulschluss gehen die Hortkinder um 12.30 oder um 13.15 Uhr gemeinsam zum Mittagessen in der Krümelecke.

- Kurz vor der Mittagessenszeit treffen sich die Kinder im Kreis. Ein Kind darf einen Tischspruch ziehen und diesen dann für alle laut vorlesen, dabei unterstützen die älteren die jüngeren Kinder. Wir wünschen uns einen guten Appetit, waschen Hände und gehen gemeinsam essen.
- In der Krümelecke angekommen, suchen die Kinder sich einen Platz aus und stellen sich dann am Buffet an. Sie bedienen sich selbstständig.
- Wir ermutigen die Kinder, neue oder unbekanntere Speisen zu probieren und unterstützen sie darin, die richtige Menge an Essen für sich einschätzen zu können.
- Jedes Kind kann jeden Tag den Platz frei wählen, an dem es gerne sitzen möchte.
- Die pädagogischen Fachkräfte sitzen zusammen mit den Kindern am Tisch und nehmen sich bewusst Zeit, um den Kindern zuzuhören und ihnen Aufmerksamkeit zu schenken.
- Wir achten darauf, dass sich die Kinder beim Essen Zeit lassen und dass eine angenehme / familiäre Atmosphäre am Tisch entsteht.

1.3. Mitwirkung und Mitsprache der Kinder

Wir ermutigen die Kinder, sich an den Entscheidungen und durch praktisches Handeln an der Essensversorgung im Haus für Kinder zu beteiligen. Die Möglichkeit der Mitwirkung und Mitsprache unterstützt die Kinder dabei, sich für die eigenen Belange und die der Anderen einzusetzen. Sie lernen ihre eigenen Fähigkeiten einzuschätzen und weiterzuentwickeln. Gleichzeitig erhöht eine aktive Beteiligung die Identifikation der Kinder mit dem Essen.

Wir regen die Kinder an, sich nach Absprache mit der hauswirtschaftlichen Fachkraft an den Vorbereitungen bzw. der Zubereitung an den Mahlzeiten zu beteiligen. Zum Beispiel können sie beim Brot backen, Marmelade einkochen, Apfelmus herstellen, Rohkost schneiden... mithelfen. Dies geschieht unter Berücksichtigung des individuellen Entwicklungsstandes, der hygienischen Vorgaben und nach Rücksprache mit den pädagogischen Fachkräften, die diese Situationen begleiten.

Unsere Kinder haben die Möglichkeit, ihre Zufriedenheit bzw. Unzufriedenheit mit dem Speisenangebot zu äußern. Die Fachkräfte befragen und beobachten die Kinder, sammeln die Informationen und geben diese an das Küchenpersonal weiter. So können diese den Speiseplan verbessern und den Wünschen der Kinder entsprechend anpassen.

Regelmäßig werden die Kinder beim Tischdecken bzw. Abräumen mit einbezogen, dies unterstützt und stärkt die Kinder in ihrer Selbständigkeit und in ihrem Selbstbewusstsein.

1.4. Zusammenarbeit mit Eltern

Eine konstruktive und vertrauensvolle Zusammenarbeit und Kommunikation mit den Eltern ist unerlässlich für eine gute Essensversorgung und ein nachhaltiges Essverhalten der Kinder.

Im Aufnahmegespräch fragen wir:

- Welche Ess- und Trinkgewohnheiten hat ihr Kind?
- Hat es besondere Vorlieben oder Abneigungen?
- Benötigt es aus religiösen, kulturellen oder medizinischen Gründen eine besondere Ernährung?

Wir informieren die Eltern:

- Über unser Verpflegungskonzept
- Wie wir mit den Kindern essen
- Wie bei uns Esskultur vermittelt und gesundes Essverhalten unterstützt wird

Wichtige Informationsmöglichkeiten für Eltern:

- Ansprechend gestalteter Speiseplan
- Weitergabe von Kochrezepten aus der Küche
- Informationsveranstaltungen
- Fotos, Plakate, Berichte über das Essen bzw. stattgefundene Aktionen

Gerne können sich Eltern bei Fragen zum Essen und Trinken an die Küchenkräfte, die Verpflegungsbeauftragte, das pädagogische Personal oder die Leitung wenden. Wir freuen uns darüber, wenn sich Eltern an Aktionen und Projekten zum Thema Essen und Ernährung aktiv beteiligen und einbringen.

Möglichkeiten der aktiven Elternbeteiligung:

- Mithilfe bei der Essensversorgung zu bestimmten Anlässen
- Obst- und Gemüsespenden aus dem eigenen Garten /Feld
- Exkursionsmöglichkeiten z. B. Mithilfe bei der Apfel- oder Kartoffelernte
- Rezeptvorschläge

2. Die Qualität der Essensversorgung

2.1. Auswahl, Qualität und Herkunft der Lebensmittel

Frisch, regional, umweltverträglich und schmackhaft - das sind wichtige Prinzipien nach denen wir die Speisen frisch kochen und servieren. Auch Produkte aus fairem Handel und biologischer Erzeugung stehen auf dem Plan. Die wichtigsten Rohstoffe unserer Küche stammen überwiegend aus der Region von einheimischen Erzeugern und Lieferanten.

- Getreide, Getreideprodukte (z. B. Haferflocken, Brot, Nudeln, Reis), Kartoffeln, Gemüse, Hülsenfrüchte und Obst stehen im Mittelpunkt unseres täglichen Ernährungsangebotes.

- **Gemüse, Salat und Obst** beziehen wir bevorzugt als regionale und saisonale Frischware vom Obsthof Weiglein. Wenn wir exotische Früchte anbieten, achten wir auf das Fair Trade-Siegel.
- **Käse, Quark und Milch** kommt von der Molkerei Walter aus Kitzingen. Weiterhin können wir dort auch andere Lebensmittel aus dem Sortiment beziehen. (Z.B. Fisch, TK Gemüse,)
- **Fisch** kaufen wir ausschließlich tiefgekühlt und achten beim Einkauf auf eine nachhaltige Fischzucht.
- **Fleisch und Wurst** bieten wir bewusst sparsam an, unsere örtlichen Metzger liefern uns qualitativ hochwertige Produkte.
- Unsere **Nudeln** liefert uns Mandels Hofladen in Stadelschwarzach. Die Nudeln sind selbstgemacht und ohne chemische Zusätze. Aus der Schaubmühle Volkach beziehen wir unser **Mehl und Müsli**, hier können wir aus einer Vielzahl an Mehltypen und Getreideflocken in BIO Qualität auswählen.
- **Honig** zum Frühstück oder als Alternative zum Zucker bekommen wir von der Familie Höfer aus Prichsenstadt.
- Wir bevorzugen hochwertige **Öle** (Rapsöl, Olivenöl). Als **Streichfette** werden Butter oder ungehärtete Margarine verwendet.

Grundsätzlich werden bei uns keine genetisch veränderten und bestrahlten Lebensmittel oder Produkte eingesetzt, ebenso wenig fertige Tiefkühlfertiggerichte.

Sparsam gehen wir mit Zucker und Salz um. Zucker ersetzen wir, wo immer es geht, durch Honig oder eine alternative Süßungsquelle. Gelegentlich wird es auch einmal Pommes,... geben.

2.2. Altersgemäße Lebensmittelverzehrmenngen

Was und wie viel brauchen Kinder um ihren Energiebedarf zu decken?

Was und wie Kinder täglich essen, spielt eine große Rolle für Wachstum, Gesundheit und Wohlbefinden, aber auch für die langfristige Entwicklung des Ernährungsverhaltens. Die KiTa-Verpflegung kann hierbei einen

wichtigen Beitrag leisten und Vorbild für eine gesunde Ernährung sein, die gleichzeitig abwechslungsreich ist und schmeckt.

Kinder, die den Tag in einer Kinderbetreuungseinrichtung verbringen, sollten also je nach Buchungszeit, 50%-75% ihres Energiebedarfs durch Mahlzeiten in der Einrichtung decken können.

Wir orientieren uns am Qualitätsstandard der DGE (deutsche Gesellschaft für Ernährung):

Energiebedarf der Kinder:

1 – 3-jährige:	1150 kcal\Tag
4 – 6-jährige:	1350 kcal\Tag
7 – 9-jährige:	1800 kcal\Tag

Die angegebenen Zahlen sind Durchschnittswerte. Je nach Aktivitätsniveau oder bei Entwicklungsschüben kann der Bedarf auch höher sein.

Dieser Energiebedarf eines Kindes sollte durch fünf Mahlzeiten am Tag gedeckt werden.

1. Frühstück:	25%
2. Frühstück:	12,5%
Mittagessen:	25%
Nachmittagssnack:	12,5%
Abendessen:	25%

Als Orientierungshilfe, welche Lebensmittel und in welcher Menge sie zur Deckung des Energiebedarfs benötigt werden, dient uns die Ernährungspyramide.



Die aid-Ernährungspyramide



- Reichlich:** Getränke, pflanzliche Lebensmittel
Mäßig: tierische Produkte
Sparsam: fett- und zuckerhaltige Lebensmittel

Unser Verpflegungskonzept beinhaltet Frühstück, Obst und Rohkost als Zwischensnacks, Mittagessen und verschiedene Getränkeangebote.

2.3. Getränke

Ausreichendes Trinken gehört zu einer vollwertigen Verpflegung. Unseren Kindern steht jederzeit Trinkwasser (mit oder ohne Sprudel) in jedem Gruppenraum zur freien Verfügung. Zum Mittagessen bieten wir zusätzlich Saftschorle im Verhältnis 1:3 an. Milch ist grundsätzlich kein Durstlöscher und wird nur beim Frühstück (als Calciumquelle) angeboten. Mitunter ergänzen wir das Getränkeangebot mit ungesüßten Tees, selbstgemachter Limonade oder anderen leckeren Rezepten je nach Jahreszeit.

2.4. Frühstück

Müsli oder Brot, Obst oder Joghurt: Ein gutes Frühstück liefert Kraft für den ganzen Tag, schützt vor Heißhungerattacken und vor Übergewicht. Zum Start in den neuen Tag braucht der Körper idealerweise eine Mischung aus Kohlenhydraten, Eiweiß und Ballaststoffen.

Optimal ist es, wenn sich das erste Frühstück zu Hause und das Zweite im Haus für Kinder ergänzen. Kinder, die zu Hause wenig oder gar nicht gefrühstückt haben, brauchen später eine energiereichere Verpflegung als Kinder, die ihren Energiespeicher bereits beim ersten Frühstück gefüllt haben.

Deshalb können die Kinder beim Frühstück aus verschiedensten Angeboten ihren Bedürfnissen entsprechend eine eigene Auswahl treffen und selbst entscheiden, nach was ihnen gerade ist.

Täglich finden sie:

- Selbst gebackene Brötchen oder Brot (Vollkorn, Dinkel, selten Weizen)
- Rohkost und Obst
- Müsli ohne Zuckerzusatz oder Getreideflocken
- Milch / Naturjoghurt

Wechselnd im Angebot gibt es:

- Selbst gemachte Brotaufstriche oder Dips auf Quark- oder Frischkäsebasis
- Käse (max. 50% Fett) wie Gouda, Feta, Camembert
- Wurst wie Bierschinken, Putenbrust, Kochschinken
- Selbst eingekochte Marmeladen, Honig
- Eierspeisen
- ...

Wir werfen die Reste unseres Buffets nicht weg, sie werden zum Ende der Frühstückszeit in einem Kühlschrank in der Krümelkiste aufbewahrt. Wo sie den Kindern für einen späteren Verzehr zur Verfügung stehen, z. B. als Alternatives Mittagessen oder Zwischensnack.

2.5. Mittagessen

Für uns ist es wichtig, die Mittagsverpflegung nicht nur zu gewährleisten, sondern diese auch so in den Alltag der Kinder zu integrieren, dass ihnen der

Wert gesunder Ernährung und die Wertschätzung des gemeinsamen Essenserlebnisses vermittelt wird.

Die hauswirtschaftlichen Kräfte bereiten uns täglich ein frisches Mittagessen zu.

Die verschiedenen Komponenten sind dabei aufeinander abgestimmt und ergänzen sich in der Zusammensetzung der Inhaltsstoffe und Nährwerte. Da Kinder ihr Essen gerne sortieren, wird darauf geachtet, dass die einzelnen Zutaten möglichst getrennt voneinander serviert werden. So kann sich jedes Kind von dem nehmen, was es möchte und selbst mischen. Z.B. keine Hackfleisch-Kartoffel-Pfanne mit Gemüse, sondern Hackfleisch, Kartoffeln und Gemüse.

Das Essen wird bei uns kurz vor der Essenszeit fertiggekocht und dann direkt an die Kinder serviert (cook and serve – Methode). Dadurch vermeiden wir lange Warmhaltezeiten und das Essen verliert nichts an wertvollen Vitaminen und anderen Inhaltsstoffen.

Grundsätzlich ist eine Warmhaltedauer von max. drei Stunden vertretbar. Wir möchten die Warmhaltedauer so kurz wie möglich halten (max. 1 Stunde). Deshalb werden Beilagen wie Nudeln, Reis, ... frisch für jede Gruppe unseres Hauses zubereitet.

Mit Ausnahme der Kinder mit besonderen Ernährungsanforderungen, erhalten unsere Kinder alle die gleiche Mittagsmahlzeit.

Grundsätzlich regen wir alle Kinder zum Probieren an. Akzeptieren ein „Nein“ wenn es dem Kind nicht zusagt und bieten eine Alternative an z. B. Nudeln ohne Soße, Obst. Sollte ein Kind beim Mittagessen für sich nichts Passendes finden oder das Bedürfnis nach einer kalten Speise haben, steht ihm der Restekühlschrank zur Verfügung.

Kein Kind muss hungern oder essen was es nicht mag.

2.6. Nachmittagssnack

Am Nachmittag bieten wir allen Kindern im Haus einen Imbiss in Form von Obst oder Rohkost an. Je nach Entwicklungsstand und Berücksichtigung der hygienischen Vorschriften helfen die Kinder der pädagogischen Fachkraft bei der Zubereitung.

Diese Zwischenmahlzeit wird gemeinsam in der Krümelecke oder bei schönem Wetter auch im Garten eingenommen. Getränke stehen auch hier jederzeit griffbereit für unsere Kinder zur Verfügung.

2.7. Speisepläne

Unsere hauswirtschaftlichen Kräfte schreiben einen rollierenden Speiseplan (12 Wochen) nach Vorgaben der DGE.

Anforderungen an einen Vier-Wochen-Speiseplan:

Lebensmittelgruppe	Häufigkeit	Beispiele
Getreide, Getreideprodukte und Kartoffeln	20 x mind. 4 x Vollkornprodukte max. 4 x Kartoffelerzeugnisse	Pellkartoffeln, Salzkartoffeln, Kartoffelsalat, Kartoffeleintopf Reis, Reispfanne Lasagne, Couscous, Hirseauflauf, Grünkernbratlinge, usw. Vollkornteigwaren, Vollkornpizza, Naturreis Halbfertig- oder Fertigprodukte (Pommes, Reibekuchen, Gnocchi, Klöße, usw.)
Gemüse und Salat	20 x Davon min. 8 x Rohkost oder Salat	Gegarte Möhren, Brokkoli, Kohlrabi, gefüllte Paprika, usw. Tomatensalat, gemischter Salat, Gemügesticks, usw.
Obst	mind. 8 x	Obst im Ganzen, geschnittenes Obst, Obstsalat
Milch und Milchprodukte	mind. 8 x	in Aufläufen, Salatdressings, Dips, Soßen, Joghurt- und Quarkspeisen
Fleisch, Wurst, Fisch, Ei	max. 4 x Fleisch/Wurst Davon mind. 2 x mageres Muskelefleisch mind. 4 x Seefisch	Putenbrust, Hähnchenschnitzel, Rinderbraten, Geschnetztes

	davon mind. 2 x fettreicher Seefisch	Seelachsfilet, Fischpfanne Heringssalat, Makrele, Lachs
Fette und Öle		Rapsöl, Olivenöl
Getränke	20 x	Trink-, Mineralwasser

Der Speiseplan wiederholt sich dann im Anschluss und wird durch das saisonale Angebot an Obst und Gemüse angepasst. Gerichte, die von den Kindern nicht gut angenommen wurden, werden durch andere ersetzt.

Zur Qualitätssicherung überprüfen wir den Speiseplan regelmäßig durch die Checkliste der DGE.

Die aktuellen Speisepläne hängen immer am schwarzen Brett vor der Küche aus und werden in der KiKom App veröffentlicht. Darauf sind alle wichtigen Allergene gekennzeichnet und die Fleischsorte deklariert.

3. Besondere Anforderungen an die Essenversorgung

3.1. Essensversorgung von Kindern ab dem 1. Lebensjahr

Bei Kleinkindern von 1 bis 3 Jahren sind die motorischen Essfertigkeiten und der Zahnstatus individuell sehr unterschiedlich ausgebildet. Deshalb benötigen sie unsere Hilfe und Unterstützung beim Essen und Zerkleinern der Mahlzeit, um dann schrittweise selbständig mit Besteck essen zu lernen.

Bei der Zubereitung der Krippenkost achtet unser Küchenpersonal auf:

- mild gewürzte Speisen
- weiche Obststückchen
- fein gemahlene Vollkornprodukte
- keine fettreichen und schwer verdaulichen Lebensmittel
- keine kleinen, harten Lebensmittel z. B. Sonnenblumenkerne oder Nüsse

3.2. Essensversorgung von Kindern mit Allergien und Unverträglichkeiten

Medizinisch begründete Ernährungsvorschriften werden bei uns eingehalten. Häufig vorkommende Diätindikatoren sind: Nahrungsmittelallergien und -unverträglichkeiten, Neurodermitis, Zökalie, Laktose- und Fruktoseintoleranz.

Bei bestehenden Allergien und Unverträglichkeiten benötigen wir eine ärztliche Bescheinigung und einen Diätplan bzw. ein Notfallmedikament.

In diesen Fällen prüfen wir gemeinsam mit den hauswirtschaftlichen Kräften, ob es uns möglich ist, den Speiseplan entsprechend umzustellen, damit das Kind an der Gemeinschaftsverpflegung teilnehmen kann.

3.3. Essensversorgung von Kindern mit religiös und ethisch begründeter Kostformen

Religiös und ethisch begründete Kostformen werden von uns respektiert und im Rahmen unserer Möglichkeiten angeboten.

Kindern aus Familien mit muslimischen Speisevorschriften wird in Absprache mit den Eltern eine Ernährung ohne Schweinefleisch, Schweinefett, Schweinefleischprodukten, Gelatine vom Schwein und ohne Produkte, die diese enthalten angeboten.

3.4. Verpflegung bei besonderen Anlässen

Ein Jahr im Haus für Kinder beinhaltet bei uns viele **Feste und Feiern**. Unsere Küche wird uns auch an diesen Tagen mit besonderen Leckereien versorgen und verwöhnen z. B. Weihnachtsfrühstück, Osterbrunch, Erntedank,

Die **Geburtstage** unserer Kinder sind uns wichtig und werden entsprechend gefeiert. Hier kann sich das Geburtstagskind seinen Lieblingskuchen selbst gestalten. Die Krippenkinder bekommen einen „Muffin-Zug“ auf die Geburtstagstafel.

Beim Kinderfest, St. Martin und ähnlichen Festen, besteht das Essensangebot in der Regel aus gespendeten und von den Eltern zubereiteten Speisen. Hierzu hängen wir immer zeitnah die Listen im Eingangsbereich aus.

3.5. Umgang mit Süßigkeiten

Die meisten Kinder essen gerne Süßigkeiten. Gegen eine geringe Menge ist auch nichts einzuwenden. Diese wird in der Regel außerhalb des Haus für Kinder, also zu Hause eingenommen, wo der Verzehr von den Eltern erlaubt und gesteuert wird. Deshalb gibt es bei uns nur selten und zu bestimmten Anlässen Süßigkeiten für die Kinder, z.B. Faschingsfeier, Eis im Sommer, gelegentliche Aufmerksamkeiten, ... Diese werden von uns besorgt und nicht von zu Hause mitgebracht.

4. Struktur, Qualität

4.1. Hauswirtschaftliche und pädagogische Mitarbeiter sind ein Team

KiTa Leitung, pädagogische Fachkräfte und hauswirtschaftliche Mitarbeiter haben eine gemeinsame Verantwortung dafür, dass in unserem Haus täglich ein gesundheitsförderliches Essen auf der Grundlage der DGE Qualitätsstandards angeboten wird.

Um die komplexen Aufgaben, die an eine qualitätsgesicherte Ernährungsversorgung gestellt werden, zu bewältigen, sind die gegenseitige Anerkennung, die kollegiale Beratung, das gemeinsame Lernen, das Eingebunden sein aller Mitarbeiter im Team und deren Vernetzung wichtige Voraussetzungen.

In regelmäßigen Besprechungen werden aktuelle und organisatorische Probleme der Ernährungssituation besprochen, Rückmeldungen, Wünsche und Anfragen von Kindern/Eltern, pädagogischen und hauswirtschaftlichen Mitarbeitern bearbeitet. Lösungen werden gesucht und in die Planung mit einbezogen.

Ständige Teilnehmer an diesen Sitzungen sind: die hauswirtschaftliche Leitung, Leitung vom Haus für Kinder und die Verpflegungsbeauftragte. Im Bedarfsfall nehmen Elternvertreter, Träger oder Fachberater daran teil.

Regelmäßige Gesprächspunkte sind:

Rückblick auf das Essensangebot der letzten Wochen:

- Was war gut, was war weniger gut?
- Haben die Kinder eine Speise/Komponente besonders gerne gegessen oder abgelehnt?
- Gab es Rückmeldungen oder Wünsche von Kindern, Eltern oder Pädagogen?

Organisatorisches:

- Klappt die tägliche Zusammenarbeit zwischen hauswirtschaftlichen und pädagogischen Mitarbeitern?
- Gibt es besondere Anforderungen z. B. Diäten die beachtet werden müssen?
- Ist in absehbarer Zeit ein Fest, Geburtstag, Ausflug oder eine andere Aktion geplant, in die die Küche einbezogen werden soll?
- Lebensmittelbestellung: Gibt es Probleme?

Kosten:

- Wie ist der aktuelle Stand des Lebensmittelbudgets?
- Liegen die Ausgaben im vorgegebenen Rahmen?
- Rückblick auf das letzte Treffen und die vereinbarten Ziele

4.2. Anforderungsprofil für hauswirtschaftliches Personal

Unsere hauswirtschaftlichen Mitarbeiter kennen die Qualitätsstandards der DGE und haben sich entsprechend fortgebildet.

Darüber hinaus besitzen sie eine Schulung zum Infektionsschutzgesetz und kennen die Hygienebestimmungen, die wichtig für die Zubereitung von Lebensmitteln sind. Sie erledigen alle im Küchen- und Lebensmittellager anfallenden Aufräum-, Spül- und Reinigungsarbeiten.

Unser hauswirtschaftliches Personal besitzt Kenntnis über:

- Gesunde Kinderernährung und Aspekte des Ernährungsverhaltens von Kindern
- Die relevanten rechtlichen, Vorschriften für eine Speisenzubereitung in der Gemeinschaftsverpflegung
- Organisation der Lebensmittelbestellung, die Qualitätskontrolle des Wareneingangs und Lagerung
- Das wirtschaftliche Arbeiten im Rahmen des vorgegebenen Budgets
- Speiseplangestaltung
- Die kindgerechte Zubereitung von Frühstück und Mittagsmahlzeit
- Reinigung und Pflege der Küche und des Inventars

Außerdem zeigt das hauswirtschaftliche Personal Verständnis und Engagement für die pädagogischen Aufgaben der Einrichtung:

- Sie engagieren sich im Umgang mit Kindern und pädagogischen Kollegen
- Sie suchen den Dialog mit den Kindern, um deren Wünsche und Bedürfnisse kennenzulernen
- Sie nehmen hin und wieder an den Essenssituationen teil, um sich selbst einen Eindruck zu schaffen
- Sie planen gemeinsame Aktionen mit den Kindern und dem pädagogischen Personal
- Sie erstellen ein Grundrezeptebuch
- Sie leiten Mitarbeiter und gegebenenfalls Praktikanten an
- Sie bilden sich fort

4.3. Zuständigkeiten des pädagogischen Personals

Unser Personal bildet sich zum Thema Essen fort. In den Teamsitzungen wird regelmäßig die Essenssituation analysiert, besprochen und reflektiert. Die Ergebnisse werden dokumentiert und gegebenenfalls Änderungen eingeleitet.

Fachliche Unterstützung erhalten wir weiterhin vom Amt für Landwirtschaft und Ernährung in Würzburg.

Wir haben in der Regel ein festes Team von Kollegen, das für die Essensbegleitung zuständig ist und folgende Aufgaben während dieser Zeit übernimmt:

- Decken und Schmücken der Tische, gemeinsam mit den Kindern
- Gemeinsames Herstellen der jahreszeitlichen Dekoration des Raumes
- Aufmerksame Zuwendung, Beratung und auf Wunsch der Kinder Unterstützung bei der Essensauswahl
- Achten und Erinnern an die Einhaltung der mit den Kindern erarbeiteten Tischmanieren
- Anleitung beim Sortieren des schmutzigen Geschirrs auf dem Servierwagen
- Gesprächspartner sein
- Dokumentation der Essenssituation, Speisenangebotes, Besonderheiten, usw.
- Kleine Reinigungsarbeiten (z. B. Teller fällt runter, Glas kippt um)

4.4. Krümelecke

Zu einer angenehmen Essenatmosphäre gehört selbstverständlich auch ein geeigneter Raum, in dem das Essen eingenommen wird. Das ist bei uns die „Krümelecke“. Hier erwartet die Kinder ein heller, freundlicher Platz mit kindgerechten Tischen und Stühlen. Die Tische sind schön gedeckt und mit Tischschmuck dekoriert.

Morgens nehmen die Kindergarten Kinder ihr freies Frühstück dort ein, am Mittag essen die Hortkinder darin.

5. Rechtliche Vorschriften

1. Produkthaftungsgesetz

Jeder Hersteller (hier: Haus für Kinder) muss nachweisen, dass im Falle einer Lebensmittel bedingten Erkrankung eines Gastes (Kind) dieser nicht durch das Essen geschädigt wurde. Um dies zu gewährleisten nimmt unser hauswirtschaftliches Personal täglich Rückstellproben von allen zubereiteten Speisen.

2. Verordnung Lebensmittelhygiene

Diese Verordnung richtet sich an alle, die Lebensmittel herstellen, verarbeiten und an Dritte weitergeben. Sie enthält Regeln zur Mitarbeiter-, Lebensmittel-, und Küchenhygiene.

Das hauswirtschaftliche Personal wird regelmäßig in diesem Bereich geschult.

Zur Dokumentation führt das Küchenpersonal umfangreiche Kontroll- und Checklisten.

3. Allergenkennzeichnung

Seit 13. Dezember 2014 müssen die 14 Hauptallergene auf dem Speiseplan ausgewiesen werden.

Die Allergenliste hängt neben dem Speiseplan aus, enthaltene Allergene sind gekennzeichnet.

4. Infektionsschutzgesetz

Dies verpflichtet den Träger dazu, die Mitarbeiter alle 2 Jahre zum Infektionsschutz zu belehren. Die Mitarbeiter verpflichten sich zur Einhaltung der Vorgaben. Wir führen diese einmal jährlich an den Planungstagen durch.

Regelmäßig wird unsere Küche durch die Mitarbeiter der Lebensmittelüberwachung (LMÜ) kontrolliert. Die LMÜ steht uns jederzeit beratend zur Seite.

6. Leistungen und Kosten

Im Haus für Kinder bieten wir täglich eine vollwertige und gesunde Verpflegung während der gesamten Betreuungszeit an.

Die Kosten für das Frühstück belaufen sich auf eine Pauschale von 32,- Euro im Monat und werden zum Anfang des Monats gemeinsam mit dem Entgelt eingezogen.

Das warme Mittagessen wird von den Eltern gesondert gebucht und kann immer bis zum 20. des Vormonats für den nächsten Monat geändert werden. Auch das gebuchte Mittagessen wird mit dem Entgelt am Anfang des Monats abgebucht.

- 1 Tag in der Woche – 12,- Euro im Monat
- 2 Tage in der Woche – 24,- Euro im Monat
- 3 Tage in der Woche – 36,- Euro im Monat
- 4 Tage in der Woche – 48,- Euro im Monat
- 5 Tage in der Woche – 60,- Euro im Monat

Eventuelle Fehlzeiten der Kinder sind in die Preiskalkulation bereits eingerechnet.

Die Preise werden jährlich vom Träger auf ihre Wirtschaftlichkeit geprüft. Falls eine Änderung notwendig ist, werden die Eltern drei Monate vor in Kraft treten darüber informiert.

7. Quellenangaben

DGE – Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder

Bayerische Leitlinien Kitaverpflegung – KiTa – Tischlein, deck dich!

Bayerische Erziehungs- und Bildungsplan

Charta der 1. Internationalen Konferenz zur Gesundheitsförderung

Selbst kochen in der KiTa – so geht´s

AID – Ernährungspyramide

Gute Hygienepraxis in KiTa – Küche

Pädagogische Qualität in Kindertageseinrichtungen für Kinder – Nationaler Kriterienkatalog

<https://www.fitkid-aktion.de/dge-qualitaetsstandard/film-dge-qualitaetsstandards-fuer-die-gemeinschaftsverpflegung/>

<https://www.youtube.com/watch?v=h8uPx63uCeA&feature=youtu.be>