
Kita
„Am alten Steinbruch“
Turnhallenstrasse 71
67310 Hettenleidelheim

kita-steinbruch@vg-l.de



VERPFLEGUNGSKONZEPT

„Man soll dem Leib etwas Gutes bieten, damit die Seele Lust hat, darin
zu wohnen.“
Winston Churchill

<u>EINLEITUNG</u>	<u>4</u>
<u>VERPFLEGUNGSLEITBILD</u>	<u>5</u>
ALLGEMEIN	5
UNSER LEITBILD	5
UNSERE GEDANKEN ZUR VERPFLEGUNG	5
EINKAUF UND HERKUNFT DER LEBENSMITTEL	5
BESONDERE VERPFLEGUNGSSITUATIONEN	6
UMGANG MIT SÜßIGKEITEN	6
UMGANG MIT LEBENSMITTELUNVERTRÄGLICHKEITEN / ALLERGIEN	6
UMGANG MIT RELIGIÖS UND ETHISCH BEGRÜNDETEN KOSTFORMEN	6
<u>MAHLZEIT ALS LERNORT</u>	<u>7</u>
ESSKULTUR	7
VORBILDFUNKTION DES PÄDAGOGISCHEN PERSONALS	7
ESSGESCHIRR	7
WERTSCHÄTZUNG VON LEBENSMITTELN	7
ERNÄHRUNGSKOMPETENZ	8
<u>LEBENSMITTELHYGIENE</u>	<u>9</u>
PERSONALHYGIENE	9
RAUM- UND UMFELDHYGIENE	9
PROZESSHYGIENE - HACCP	9
GEFAHREN IM SINNE DES HACCP-KONZEPTE	10
WARENEINGANGSKONTROLLE	10
ERHITZUNGS- UND AUSGABETEMPERATURMESSUNG	11
ZUBEREITUNG	11
RÜCKSTELLPROBEN	11
DOKUMENTATION	11
<u>FRÜHSTÜCK IN UNSERER KITA</u>	<u>12</u>
FORM DES FRÜHSTÜCKS	12
AUSWAHL DES BUFFET´S	12
VORTEILE DES FREIEN FRÜHSTÜCKS	12
DAS FRÜHSTÜCK IN DER NESTGRUPPE	13
VERBINDLICHE VEREINBARUNG	13
FÖRDERPROJEKTE, DIE WIR GERNE NUTZEN	13
FRÜHSTÜCKSZEITEN	13
<u>MITTAGSVERPFLEGUNG</u>	<u>14</u>

DER SPEISEPLAN ZU ANSICHT	14
FORM DER MITTAGSVERPFLEGUNG	14
UMGANG MIT SÜßIGKEITEN	15
ESSENSVERSORGUNG VON KINDERN BEI ALLERGIEN UND MEDIZINISCH BEGRÜNDETEN ERNÄHRUNGSVORSCHRIFTEN	15
ESSENSVERSORGUNG BEI KINDERN MIT RELIGIÖSEN ETHISCHEN BEGRÜNDETEN KOSTFORMEN	15
ESSENSVERSORGUNG BEI PERSONALENGPÄSSEN IN DER KITA KÜCHE	15
 <u>ZWISCHENVERPFLEGUNG</u>	 <u>16</u>
FORM DER ZWISCHENVERPFLEGUNG	16
VORTEILE DER GEMEINSAMEN ZWISCHENMAHLZEIT	16
FÖRDERPROJEKTE, DIE WIR GERNE NUTZEN	16
 <u>GETRÄNKEANGEBOT</u>	 <u>17</u>
GETRÄNKE DIE WIR ANBIETEN SIND	17
 <u>RAHMENBEDINGUNGEN</u>	 <u>18</u>
PERSONAL	18
RÄUME	19
KÜCHE	19
SPEISERÄUME	19
ZEIT	19
RECHT	19
 <u>ESSENSGREMIUM</u>	 <u>20</u>
DIE MITGLIEDER UNSERES ESSENSGREMIUMS	20
DIE AUFGABEN DES ESSENSGREMIUMS	20
VORAUSSETZUNG FÜR ERFOLGREICHES ARBEITEN	20
 <u>KOMMUNIKATION</u>	 <u>21</u>
DIE ROLLE DER KINDER	21
DIE ROLLE DER ELTERN	21
DIE ROLLE DES HAUSWIRTSCHAFTLICHEN PERSONALS	21
DIE ROLLE DES PÄDAGOGISCHEN PERSONALS	22
DIE ROLLE DES TRÄGERS	22
DIE ROLLE DER ÖFFENTLICHKEIT	22
UNSERE KOOPERATIONSPARTNER	22
 <u>AKZEPTANZ</u>	 <u>23</u>
ELTERN	23
KINDER	23

Einleitung

Das Konzept beschreibt praxisnah die Strukturen und Rahmenbedingen des Ernährungsangebots in unserer Einrichtung und schließt dabei den Blick auf die Gesundheitsförderung und die Ernährungspädagogik mit ein.

Essen ist Genuss, Essen ist Lust. Essen soll das Wohlbefinden stärken, Spaß machen und die Sinne ansprechen. Vollwertiges Essen soll die Gesundheit erhalten. Gemeinsames Essen trainiert aber auch soziale Verhaltensweisen.

Essen und Trinken bieten vielfältige Zugänge für Bildungsprozesse, denn Ernährungswissen ist Wissen um Natur, Nahrungsmittel, ihre Herkunft, ihr Wachsen und die Bedeutung für Menschen.

Uns, als hauswirtschaftliche und pädagogische Mitarbeiterinnen, dient das Verpflegungskonzept als fachliche Orientierung. Eltern können aus der Anwendung des Verpflegungskonzeptes Vertrauen in die Ernährungsversorgung ihrer Kinder schöpfen.

Für unsere Einrichtung ist es vor allem auch ein Instrument auf dem Weg zu mehr Qualität im Ernährungsbereich.

Verpflegungsleitbild

Allgemein

Dieses Verpflegungsleitbild hilft, den Stellenwert der Verpflegung in unserer Kita verbindlich festzulegen. Es steht mit unserem grundsätzlichen Leitbild und der Philosophie der Einrichtung im Einklang und dient als Arbeitsgrundlage sowie zur Information der Eltern.

Ziel ist die Sicherstellung einer bedarfsgerechten und gesundheitsförderlichen Verpflegung der Kinder, die auch Aspekte der Nachhaltigkeit berücksichtigt.

Unser Leitbild

In unserer Kita mit hauseigener Küche wird täglich frisch das Frühstück und Mittagessen sowie der Mittagsimbiss zubereitet.

Kinder sammeln auch in unserer Kita erste Erfahrungen im Umgang mit Lebensmitteln und haben Freude an einem gemeinsamen Essen mit Gleichaltrigen. Gesundheitsfördernde Ernährung steht bei uns nicht nur auf dem Speiseplan, sondern wird in der Gemeinschaft von Anfang an gelebt. So lernen die Kinder auf unterschiedlichsten Wegen Lebensmittel mit allen Sinnen zu erfahren.

Wir beachten den Zusammenhang von Ernährung, Bewegung und Gesundheit. Dabei orientieren wir uns an den Qualitätsmerkmalen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE).

Durch die ausgewogene Ernährung in unserer Kita bekommt ihr Kind alles was es zum Wachsen, Lernen und Toben braucht.

Unsere Gedanken zur Verpflegung

Das Verpflegungsangebot genießt in unserer Kita einen hohen Stellenwert durch

- die Qualität der verwendeten Produkte,
- die täglich frische Zubereitung ohne lange Transportwege oder Warmhaltezeiten
- die situative Mithilfe der Kinder beim Zubereiten ihrer Speisen

Durch das pädagogische Kochen und die vorgelebte Esskultur werden die Kinder animiert, ihre Speisen selbst zuzubereiten, neue Lebensmittel zu probieren und die altersgerechten Tischmanieren umzusetzen.

Einkauf und Herkunft der Lebensmittel

Der Einkauf der Lebensmittel erfolgt, soweit machbar:

- bei regionalen Anbietern (Nachhaltigkeit und Umweltschutz durch kurze Transportwege).
- Frische und Qualität der Lebensmittel hat oberste Priorität
- überwiegend saisonal
- Grundsoßen und Suppen aus frischen Zutaten ohne Zusatzstoffe, zu viel Zucker und Salz
- nachhaltig z.B. Fisch mit MSC-Siegel
- Fleisch und Wurst frisch und hochwertig aus der Region
- Kräuter, Gemüse und Obst saisonal

Besondere Verpflegungssituationen

Umgang mit Süßigkeiten

Die meisten Kinder essen sehr gerne Süßigkeiten wie Schokoriegel, Kekse, süße Brotaufstriche und trinken gerne süße Getränke. Gegen eine geringe Menge Süßigkeiten ist nichts einzuwenden. Diese wird in der Regel außerhalb der Kindertageseinrichtung, z.B. im Elternhaus, konsumiert. Aus diesem Grund haben wir in unserer Einrichtung in Bezug auf den Umgang mit Süßigkeiten klare Regeln definiert:

Süßigkeiten dienen nicht als Zwischenmahlzeit

Süßigkeiten sind nur zu besonderen Anlässen (z.B. Feste, Feiern, spezielle Projekte) – oder im Rahmen der Zwischenverpflegung erlaubt.

- Anstelle von Süßigkeiten kann anlässlich Geburtstagsfeiern o.ä. gerne auch frisches Obst und Gemüse mitgebracht werden. Die Eltern werden über bestehende Hygieneanforderungen informiert und beraten.

Umgang mit Lebensmittelunverträglichkeiten / Allergien

Für Kinder mit nachgewiesenen Lebensmittelunverträglichkeiten / Allergien (ärztliches Attest) kann die Verpflegung gesondert mit der Kita-Leitung schriftlich vereinbart werden. Vorab werden die Möglichkeiten und Grenzen der Umsetzung der speziellen Versorgung gemeinsam mit den Eltern besprochen.

Umgang mit religiös und ethisch begründeten Kostformen

Religiös und ethisch begründete Ernährungsgebote werden von unserer KiTa respektiert und im Rahmen unserer Möglichkeiten angeboten.

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

Eine streng koschere Ernährung wird aufgrund der vielfältigen und detaillierten Ess- und Trinkvorschriften nicht angeboten. Die strengen Anforderungen an die Beschaffenheit der Lebensmittel wie z.B. geschächtetes Fleisch und an die Zubereitungen, die gesondertes Geschirr für Fleisch und Milch vorschreiben, sind bei uns nicht umsetzbar.

Werden von den Eltern darüber hinaus gehende Speisegebote gewünscht, bedarf es der ausführlichen Absprache zwischen KiTa-Leitung, Eltern und pädagogischen Kräften.

Mahlzeit als Lernort

„Wir verstehen Ernährung nicht nur als reine Nahrungsaufnahme – Essen ist auch Kultur und will gelernt sein.“

Das gemeinsame Mittagessen ermöglicht den Kindern alltägliche und soziale Fähigkeiten zu erlernen und in die Esskultur hineinzuwachsen.

Neben einem adäquaten Umgang mit Lebensmitteln und Essen, Tischmanieren, der Übernahme alltäglicher Aufgaben (wie z.B. Tisch decken und abräumen) wird die Kommunikation gefördert und das soziale Miteinander gestärkt.

Esskultur

- Händewaschen vor der Mahlzeit
- gemeinsames Tisch decken von den Kindern und dem pädagogischen Fachpersonal
- Einsatz von selbst kreierter Tischdekoration der Kinder (in Anlehnung an jeweilige Jahreszeit bzw. Feste)
- ein gemeinsamer Tischspruch geht dem Essen voran
- Regeln zum Aufstehen während dem Essen
- Einhalten von Gesprächsregeln (um respektvolles Miteinander zu gewährleisten)

Vorbildfunktion des pädagogischen Personals

- Teilnahme an der Mahlzeit und Probieren der Speisen
- positive bzw. neutrale Haltung zu den Speisen
- ohne jeglichen Druck aufzubauen wird zum Probieren der Speisen motiviert
- eine Probierportion wird den Kindern auf dem Teller angeboten, muss aber nicht gegessen werden

Essgeschirr

- neutrales Geschirr ohne Motive (verhindert zu starke, visuelle Reize und die Farbe der Nahrung steht im Vordergrund)
- ausreichende Menge vorhanden
- aus hygienischen Gründen verwenden wir Porzellangeschirr und
- altersspezifische Edelstahlbestecke
- handliche Trinkbecher für jede Altersgruppe

Wertschätzung von Lebensmitteln

Den Kindern wird die Möglichkeit geboten, die Erzeugung von Lebensmitteln spielerisch zu erfassen:

- gemeinsames bepflanzen von Hochbeeten
- Kräuter ansäen und ernten
- Ausflüge zum ortsansässigen Bauernhof
- Besuch von Erdbeer- oder Himbeerefeldern

Ernährungskompetenz

- Hunger- und Sättigungsgefühl spüren und erkennen
- Lebensmittelvielfalt und ihre individuellen Geschmäcker erfahren
- Bestandteile der Mahlzeit einzeln anbieten
- um das Essen gemeinsam beginnen zu können, wird die erste Portion (Menge je nach Wunsch der Kinder) vom pädagogischen Fachpersonal auf dem Teller angerichtet. Beim Nachfassen holen sich die Kinder, je nach Entwicklungsstand, das Essen selbst
- gemeinsam mit den Kindern
 - backen und kochen
 - Obst und Gemüse schneiden
 - Dips herstellen
- diverse Kurse zur gesunden Ernährung (kindgerecht und spielerisch aufgebaut), beispielsweise:
 - „Her mit dem Gemüse“ - Verband der Landfrauen
 - Sinnesschulung mit unserer Küchenfachkraft
 - verschiedene Lebensmittel „erschnuppern“/„erschmecken“

Lebensmittelhygiene

Jeder Mitarbeitende, der mit Lebensmitteln in Kontakt kommt, verpflichtet sich, die Lebensmittel so zu behandeln, dass eine bedenkenlose Weitergabe der Speisen und Getränke an Dritte zum Verzehr gewährleistet ist.

Ziel ist es, Lebensmittel so wenig wie möglich mit der Hand zu berühren. Zur sicheren Handhabung sollen Hilfsmittel eingesetzt werden. Gesundheitliche Anforderungen, Schulungsbedarf und Dokumentation/Aufbewahrung, Umgang mit meldepflichtigen Krankheiten, Erkrankungen und Lebensmittelsicherheit, Meldepflicht, Meldeweg und Wiedenzulassung sowie weitere hygienische Anforderungen sind im hauseigenen Hygienekonzept nachzulesen.

Personalhygiene

Das Küchenpersonal trägt

- geeignete Kleidung
- ist geschult nach dem Infektions- und Seuchenschutzgesetz

Raum- und Umfeldhygiene

Die Lagerung und Verarbeitung des Mittagessens findet ausschließlich im Küchenbereich statt.

Geräte und Flächen werden täglich gereinigt, eine entsprechende Dokumentation wird vorgehalten.

Prozesshygiene - HACCP

(Hazard Analysis Critical Control Point = Gefahrenanalyse der kritischen Kontrollpunkte)

Mit Hilfe dieses Kontrollkonzeptes können bereits im Vorfeld Gefahrenpunkte identifiziert und bewertet werden, mit dem Ziel, negative Produktveränderungen zu vermeiden. Dabei werden die Wirkung eines Stoffes oder die Verfahrensschritte, bei dessen Herstellung, die Sicherheit eines Lebensmittels negativ beeinträchtigt werden kann, analysiert. Das HACCP-Konzept wird im Sinne des vorbeugenden Gesundheitsschutzes durchgeführt. Es trägt zur Qualitätssicherung bei.

Gefahren im Sinne des HACCP-Konzeptes

Dies sind Erkrankungen des Personals / der Kinder durch,

- Erreger oder Giftstoffe mit biologischem Ursprung
 - Bakterien, Schimmelpilze, Viren, Insekten, Parasiten, Schädlinge, Pestizide, Fungizide, Insektizide, Bakterientoxine, Mykotoxine, Schalentiertoxine, Histamine
- chemische Risiken
 - Rückstände von vom Menschen eingebrachten Chemikalien, z.B. Pestizide, Fungizide, Insektizide, Schwermetalle, Reinigungsmittel, natürlich vorkommende Gifte in Lebensmitteln, z. B. in Kartoffeln, Getreide, Hülsenfrüchten
- physikalische Fremdstoffe in Lebensmitteln
 - alle Arten von Fremdkörpern, die nicht natürlicherweise im Lebensmittel vorkommen, z.B. Glas, Metall, Holz, Stein, Knochen, Fingernägel, Schmutz

Die möglichen Gefahren werden im Vorfeld bei der Warenannahme, dem Wareneinkauf, der Lagerung, der Speisenzubereitung und -abgabe sowie bei der Reinigung ermittelt.

Grundsätzlich haben alle Mitarbeitenden ihren Arbeitsplatz und das Arbeitsumfeld hygienisch so sauber zu halten, dass keinerlei Gesundheitsrisiken für die Kinder und Mitarbeitende entstehen. Als Arbeitsgrundsatz gilt „Arbeiten von unreinen Bereichen in reine Bereiche“.

Um die erforderlichen Voraussetzungen der Lebensmittelhygiene zu gewährleisten, werden folgende Punkte beachtet:

Wareneingangskontrolle

- Bei Einkauf und Lieferung der Ware wird strikt darauf geachtet, die Kühlkette nicht zu unterbrechen (geeignete Transportboxen bzw. -taschen)
- Die Ware wird auf Temperatur und Frische (Obst und Gemüse) kontrolliert

Kritische Temperaturgrenzen:

- Tiefkühlware -18° kurzfristig -15°
- Fleisch / Fleischerzeugnisse +4°, Fisch +2°
- Hackfleisch und Geflügel +2°

Sensorik:

- keine Verunreinigung
- einwandfreie Verpackung und Geruch
- Mindesthaltbarkeitsdatum
- Als Korrekturmaßnahme wird die Ware zurückgewiesen

Erhitzungs- und Ausgabetemperaturmessung

Erhitzungstemperatur:

- Kerntemperatur mindestens 70° bei 10 minütiger Messung
- Korrekturmaßnahme: Nacherhitzen

Ausgabetemperatur:

- Heißgerichte mindestens 65°
- Kaltspeisen, Salate maximal 7°

Zubereitung

Die Speisen werden in einem separaten Raum unter Einhaltung der Hygienevorschriften zubereitet.

Rückstellproben

Täglich werden Proben der zubereiteten Speisen genommen und über einen Zeitraum von 7 Tagen eingefroren um zu gewährleisten, dass im Falle von Krankheiten eine Überprüfung möglich ist.

Dokumentation

Alle erforderlichen Messungen werden dokumentiert.

Frühstück in unserer Kita

Das Frühstück leistet bei optimaler Lebensmittelauswahl einen wichtigen Beitrag zur täglichen Nährstoffzufuhr.

Form des Frühstücks

Wir bieten ein Frühstücksbuffet für die 2 - 6 jährigen Kinder mit abwechslungsreichen Lebensmitteln an.

In unserer KiTa können die Kinder in einem großzügig vorgegebenen Zeitrahmen von ca. 8:00 – 9:00 Uhr selbst bestimmen, wann sie essen möchten. Sie suchen sich ihre Tischgefährten aus und bestimmen je nach Appetit und Lust auch die Dauer der Mahlzeit. Danach kehren sie wieder zu ihrem Spiel zurück.

Unsere pädagogischen Fachkräfte wechseln sich in der Aufsicht ab. Kinder, die morgens früh noch nichts gegessen haben, benötigen in der KiTa ein reichhaltigeres Frühstück. Kindern, die gut gestärkt von zu Hause kommen, reicht dagegen eine kleinere Mahlzeit.

Auswahl des Buffet's

- verschiedene Brotsorten
- verschiedene Käsesorten
- verschiedene Wurstsorten, diese sind mit Fotos der Tiere zu erkennen (z.B. Würstchen sind aus Putenfleisch. Die Kinder können erkennen von welchem Tier das Produkt stammt)
- Fisch
- Eier
- verschiedene Sorten Obst und Gemüse
- Butter
- Müsli und Haferflocken
- Nüsse, getrocknete Früchte
- Joghurt und Quark
- Vegetarischer Aufstrich
- Marmelade
- Milch, Wasser und Tee (ab und zu frischgepresste Säfte)

Vorteile des freien Frühstücks

- die Kinder bedienen sich frei am Büfett
- Tischgespräche entstehen
- Kinder sind eigenverantwortlich für das Auf- und Abdecken ihres Tischgedecks
- Es entsteht eine entspannte Tischatmosphäre
- größere Bereitschaft unbekannte Lebensmittel auszuprobieren
- es treten weniger Konflikte und Streitigkeiten auf
- die Erzieher tragen zum Vorbildverhalten bei
- die Kinder erlernen die Fertigkeiten sich selbst ein Brot zu schmieren
- das freie Frühstück wirkt sich positiv auf das Sozialverhalten aus

Das Frühstück in der Nestgruppe

Unsere Nestkinder werden selbstverständlich durch ihre Stammerzieher der Nestgruppe im Gruppenraum begleitet.

Hier wird ein gemeinsames Frühstück um 8:30 Uhr angeboten. Dies beinhaltet:

- zubereitete Wurst- und Käsebröte
- Obst- und Gemüseteller
- Getränke

Verbindliche Vereinbarung

das Frühstück kostet für alle Kinder 5.-Euro im Monat (Stand 2020)

Förderprojekte, die wir gerne nutzen

EU- Schulprogramm für den Bezug von frischem Obst, Gemüse und Milch

Frühstückszeiten

- das Frühstücksbüfett findet von 8:00 – 9:00 Uhr im Eingangsbereich statt
- die Nestgruppe frühstückt gemeinsam um 8:30 Uhr

Mittagsverpflegung

Das Mittagessen wird täglich frisch von zwei Hauswirtschafterinnen hier im Kindergarten zubereitet. Den Einkauf der benötigten Lebensmittel erledigen die Hauswirtschafterinnen selbständig. Das Gemüse, Obst und die Eier bekommen wir von unserem Gemüsehändler einmal die Woche geliefert.

Zum größten Teil orientieren wir uns nach den DGE Qualitätsstandards, d.h es gibt

- 1mal die Woche Fleisch
- 1mal die Woche Fisch
- gegebenenfalls 1mal die Woche Fleischersatz
- 2-3mal pro Woche vegetarische Gerichte
- Gerichte mit Hülsenfrüchten werden ebenfalls im Speiseplan berücksichtigt

Vitamin und mineralstoffreiche Lebensmittel stehen bei uns an erster Stelle.

Getreide, Getreideprodukte, Kartoffeln, Gemüse, Hülsenfrüchte und Obst stehen im Mittelpunkt der täglichen Mittagsverpflegung.

Bei der Speiseplangestaltung beachten wir folgende Kriterien und Aspekte:

- unser Menüzyklus beträgt mindestens 4 Wochen
- es wird salzarm gekocht
- wir verwenden Jodsalz
- wir bieten länderspezifische sowie regionale Gerichte
- wir verwenden Rapsöl
- wir verwenden überwiegend saisonale Produkte
- Fleisch und Fisch werden in Maßen verwendet
- Milchprodukte enthalten 1,5% Fettanteil
- wir gehen sparsam mit fett- und zuckerreichen Lebensmitteln um
- aufgrund kultureller Aspekte verzichten wir weitestgehend auf Schweinefleisch und Erzeugnisse aus Schweinefleisch (Gelatine)

Der Speiseplan zu Ansicht

Für die Erwachsenen hängt der Speiseplan gut sichtbar in der Einrichtung aus.

Für die Kinder gibt es den Wochenspeiseplan bebildert. Dieser ist in Augenhöhe der Kinder ebenfalls gut sichtbar angebracht. So können die Kinder selbständig nachsehen was es an welchem Tag zu essen gibt.

Hat ein Kind Geburtstag, darf es sich ein Gericht wünschen bzw. aussuchen. Hierfür wurde extra eine bebilderte Mappe angefertigt, welche alle Salate, Hauptspeisen und Desserts beinhaltet. So fällt es den Kindern leichter sich etwas auszusuchen. Am Speiseplan der Kinder wird dann das Geburtstagsessen mit einer Krone versehen, damit für alle Kinder klar ist - heute gibt es ein Geburtstagsessen.

Form der Mittagsverpflegung

In altershomogenen Kleingruppen wird täglich das Mittagessen gegen 11:30 Uhr eingenommen. Für jede Gruppe ist mindestens eine pädagogische Fachkraft zuständig.

Umgang mit Süßigkeiten

Bei uns gibt es keine Verbote! Auch nicht für Süßes. Dennoch achten wir auf die Mengen, denn diese sollten begrenzt sein. Zucker und fettreiche Süßwaren sollten nicht mehr als 10% der gesamten Energiezufuhr ausmachen. So haben die Kinder die Möglichkeit zum Mittagsimbiss mal ein Stück Kuchen oder einen Keks zu naschen oder - das Highlight – Eis während eines Ausfluges zu genießen.

Geburtstage dürfen bei uns auch mit selbstgebackenen Kuchen zelebriert werden.

Auf sogenannte Süßigkeitenpäckchen für jedes geladene Kind wollen wir verzichten.

Uns ist es wichtig, den Kindern einen gesunden, mäßigen Umgang mit Süßigkeiten zu vermitteln, statt lediglich Verbote auszusprechen.

Essensversorgung von Kindern bei Allergien und medizinisch begründeten Ernährungsvorschriften

- Nahrungsmittelallergien und Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Neurodermitis, Zöliakie, Laktose und Fruktoseintoleranz sowie Diabetes

Eine Liste der Zusatzstoffe liegt in der Küche aus und kann beim Küchenpersonal erfragt werden.

Unser Anmeldeformular beinhaltet unter anderem auch Informationen und Fragen zu Allergien bzw. Unverträglichkeiten.

Essensversorgung bei Kindern mit religiösen ethischen begründeten Kostformen

Religiöse und ethisch begründete Ernährungsangebote werden von unserer Kita respektiert und weitestgehend umgesetzt. Halal-Fleisch und Koscheres wird bei uns nicht angeboten (siehe Verpflegungsleitbild).

Essensversorgung bei Personalengpässen in der Kita Küche

Bei Ausfall des hauswirtschaftlichen Personals übernimmt die Küchenhilfe oder auch eine pädagogische Fachkraft deren Aufgabe.

Es gehört zu den Verantwortlichkeiten und Planung der Hauswirtschafterin, dass für den Fall ihres Ausfalls die vertretende Küchenhilfe in der Lage ist, ein vollwertiges Mittagessen herzustellen. Hierzu gehört eine schriftliche Anleitung inwiefern die Essensversorgung sicher zu stellen ist. Bei Ausfall der Küchenhilfe übernehmen die Vertretung und deren Aufgaben die pädagogischen Mitarbeiter oder aber auch externe Vertretungskräfte.

Auch bei Personalengpässen gelten unsere Qualitätsstandards mit Ausnahme, dass es vermehrt einfache und schnell zuzubereitende Mahlzeiten gibt.

Zwischenverpflegung

Die Zwischenverpflegung stellt, ebenso wie das Frühstück, einen wichtigen Bestandteil in der Ernährung eines Kindes dar. Diese Mahlzeiten tragen bei optimaler Lebensmittelauswahl ihren Teil dazu bei den Nährstoffbedarf des Kindes zu decken.

Täglich wird in der Kita am Nachmittag eine Zwischenmahlzeit eingenommen. Dieser Imbiss bietet vielfältige Möglichkeiten, den Kindern eine gesundheitsförderliche und abwechslungsreiche Ernährung näher zu bringen.

Regelmäßig bereiten die Kinder die Zwischenmahlzeit mit Unterstützung der pädagogischen Kräfte auch selber zu.

Wir fördern die Selbstständigkeit der Kinder in dem sie: kleine Obst- und Gemüsestückchen schneiden, ein Brot belegen, sich selbst Essen nehmen und andere versorgen, Getränke für sich und andere eingießen, abräumen, das Geschirr abwaschen und wieder in den Schrank räumen, all das stärkt das Vertrauen der Kinder in die eigenen Fähigkeiten. Der Umgang mit unverarbeiteten Lebensmitteln schult dazu ihre Wahrnehmung für Form, Farbe, Geruch und Geschmack. Nebenbei lernen die Kinder mit Küchenwerkzeugen umzugehen, was ihre Motorik ebenso schult wie ihre Selbständigkeit.

Form der Zwischenverpflegung

- täglich um 15 Uhr wird ein gemeinsamer Nachmittagsimbiss angeboten
- unsere Kinder erhalten frisches Obst, Gemüse und Milch
- wir bieten diese Mahlzeit in zwei Gruppen an, einmal in der Nestgruppe und einmal im Spieleclub für die älteren Kinder

Vorteile der gemeinsamen Zwischenmahlzeit

- eine Aktivität, die einen gemeinsamen Beginn und ein gemeinsames Ende hat.
- der Spaß am Essen überträgt sich auch auf "schlechte Esser"
- man sitzt in gemütlicher Atmosphäre zusammen
- Tischrituale werden gepflegt
- Kinder sind selbstverantwortlich für das Auf- und Abdecken ihres Tischgedecks
- in der Gemeinschaft sind Kinder eher bereit unbekannte Lebensmittel auszuprobieren
- das gemeinsame Essen wirkt sich positiv auf das Sozialverhalten aus
- gleiches Angebot für alle Kinder
- Einsatz von saisonalen und regionalen Lebensmitteln
- Einführung und Nutzung von gesundheitsförderlichen Produkten
- Die Kinder erhalten die Möglichkeit neue Lebensmittel kennen zu lernen

Förderprojekte, die wir gerne nutzen

Auch hier nutzen wir das EU-Schulprogramm für den Bezug von frischem Obst, Gemüse und Milch

Getränkeangebot

Regelmäßiges, ausreichendes Trinken ist für unsere Kinder im Alter von 1-6 Jahren von großer Bedeutung und erhöht gleichzeitig ihre körperliche und geistige Leistungsfähigkeit.

Wasser bzw. Flüssigkeit ist lebenswichtig für den menschlichen Körper. Laut DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung) benötigen Kinder ca. 900 – 1000 ml Flüssigkeit pro Tag. Dies stellt relativ viel Flüssigkeit im Vergleich dar, denn der Wasseranteil in ihrem Körper ist noch höher als bei Erwachsenen. Insofern beeinträchtigt schon ein leichter Flüssigkeitsmangel bei Kindern sehr schnell ihre körperliche und geistige Leistungsfähigkeit.

Bei entsprechender körperlicher Anstrengung (Spaziergänge, Waldtage, Ausflüge, etc...) steigt dieser Bedarf dann nochmals an.

Um eine gesunde Entwicklung der Kinder zu unterstützen sind Trinkwasser und ungesüßter Tee in unserer KiTa den ganzen Tag für die Kinder frei verfügbar. Hierfür gibt es im Frühstücksbereich eine feste, offene Trinkstation.

In Zeiten, in denen wir uns viel im Garten aufhalten, wird zusätzlich eine Wassertrinkstation im Garten aufgestellt.

Getränke die wir anbieten sind

- Trinkwasser
- ungesüßte Kräuter- und Früchtetees die im Haus frisch zubereitet werden (Elternspende)
- Frische Pfefferminze aus unserer Kräuterbadewanne für Tee
- Schulmilch aus dem Schulmilchprogramm von Rheinland-Pfalz für das Frühstücksbuffet und den Mittagsimbiss
- Mineralwasser und Saftschorle zum Mittagessen

Diese Produkte werden von einem regionalen Händler geliefert. Unsere Nestkinder erhalten mehrere Trinkangebote über den gesamten Tag verteilt.

Rahmenbedingungen

Neben einem optimal gestalteten Speisplan haben die Rahmenbedingungen einen maßgeblichen Einfluss auf die Zufriedenheit aller an der Verpflegung Beteiligten.

Klare Absprachen innerhalb des Personals, der Kinder und Eltern, eine ansprechende räumliche Gestaltung, feste Rituale und ausreichend Zeit für die Frühstücksverpflegung, die Mittagsmahlzeit sowie die Nachmittagsmahlzeit sind vielversprechende Erfolgsrezepte, damit sich alle wohl fühlen und gerne in der Kita essen.

Personal

- Qualifiziertes Personal für die Speisenzubereitung
 - Kenntnis über gesunde Kinderernährung sowie Aspekte des Ernährungsverhalten von Kindern
 - Organisation der Lebensmittelbestellung, Qualitätskontrolle des Lebensmitteleingangs und die Lebensmittellagerung
 - das wirtschaftliche Arbeiten im Rahmen eines vorgegebenen Budgets
- Klare Zuständigkeiten
 - Frühstücksbuffet und Nachmittagssnack werden von dem pädagogischen Personal vorbereitet
 - die Mittagsmahlzeit wird vom hauswirtschaftlichen Personal im Haus frisch zubereitet
- Gemeinsame Regeln erarbeiten zu
 - Ablauf der Mahlzeiten
 - Portionsgrößen
 - Probierportionen
- Erfahrungsaustausch ermöglichen
 - Hospitation in anderen Einrichtungen
 - Regelmäßige Besprechungen mit dem Essensgremium
 - Feedbackfragen mit den Kindern erarbeiten
 - Personalschulungen ermöglichen
- Hygiene
 - Kennzeichnung der Zusatzstoffe und Allergene
- Pädagogischer Aspekt der Kitaverpflegung
 - Betreuung der Mahlzeiten
 - ✓ gleichbleibendes Personal betreut und begleitet die Kinder während den Mahlzeiten

Räume

Küche

- Professionelle Ausstattung
- Einhaltung des Hygieneplans

Speiseräume

- helle Farben fördern eine angenehme Essatmosphäre
- Jahreszeitliche Dekoration gemeinsam mit den Kindern basteln

Zeit

- feste Essenszeiten
- ausreichend Zeit für die Mahlzeit

Recht

Bei der Verpflegung in der Kindertageseinrichtung müssen unterschiedliche rechtliche Aspekte beachtet werden. Insbesondere im Hinblick auf die Lebensmittelhygiene müssen die zentralen Verordnungen eingehalten werden.

- erstellen eines Hygienekonzeptes
- gesetzliche Vorgaben Kennzeichnungspflichtig bei der Erstellung des Speiseplans beachten
- genaue Bezeichnung der Speisen zur schnellen Identifikation von Allergenen
- kalte Speisen bis zur Ausgabe im Kühlschrank lagern
- kurze Stand- und Warmhaltezeiten, maximal 3 Stunden

Essensgremium

Im Essensgremium können alle Beteiligten ihre Erfahrungen und Bedürfnisse rund um das Thema Verpflegung in der Kindertageseinrichtung einbringen und sich dazu austauschen.

Die Mitglieder unseres Essensgremiums

- Kinder
- Eltern
- Kita-Leitung
- hauswirtschaftliches Personal
- pädagogisches Personal

Die Aufgaben des Essensgremiums

- regelmäßige Treffen
- Ist-Situation skizzieren
- Probleme benennen
- Lösungsmöglichkeiten erarbeiten
- Kontakt zu allen Beteiligten an der Verpflegung halten und vermitteln
- Verpflegungsleitbild und Verpflegungskonzept stetig weiterentwickeln
- Netzwerke weiter ausbauen
- Kitakochbuch
- Notfallrezepte

Voraussetzung für erfolgreiches Arbeiten

- offene, positive Gesprächsatmosphäre schaffen
- Diskussionen auf fachlicher Ebene führen
- erreichbare Ziele und deren Umsetzung festlegen
- verlässliche und feste Kommunikationsstrukturen vereinbaren
- mehrmalige Treffen des Essensgremiums pro Jahr durchführen
- Gegebenenfalls den Träger zu einzelnen Treffen einladen bzw. relevante Informationen weiterleiten
- Tagesordnung und Protokoll erstellen
- wichtige Informationen nach dem Treffen an alle Beteiligten weitergeben und öffentlich machen

Kommunikation

Größere Synergieeffekte werden erzielt, wenn alle Beteiligten gemeinsam Ideen entwickeln und umsetzen bzw. einzelne Aktionen miteinander verbinden. Laufende Informationen, vor allem bei Veränderungen, fördern eine gute Kommunikation und Transparenz in der Kitaverpflegung.

Die Rolle der Kinder

- Einbindung der Kinder in das Essensgremium
- Einbindung der Kinder in die Gestaltung des Wochenspeiseplans – Geburtstagsessen, Einreichung von Familienrezepten
- Bebilderter Speiseplan-Aushang zur Information über das Speisenangebot, von den Kindern gestaltet
- Symbolische Kennzeichnung der Speisen des Frühstücksbuffets
- Die Zufriedenheit über einfache Befragungsmethoden messen (Smileys, Handzeichen, etc...)

Die Rolle der Eltern

- Das Verpflegungskonzept dient als Grundlage für die Kommunikation zwischen Einrichtung und Eltern
- Elternabende oder das Elterncafé als Informationsplattform nutzen
- Aushang des Speiseplans zur Information der Eltern
- Information über Ausflüge im Rahmen der Ernährungskompetenz über einen Elternbrief
- Informationen über Ernährungsprojekte unter dem Gesichtspunkt der Ernährungskompetenz über die Kitazeitung
- Regelmäßige Befragung der Eltern zur Zufriedenheit mit dem Speisenangebot
- Gegebenenfalls mehrsprachige, leicht verständliche Informationen verwenden
- Unter dem Gesichtspunkt der „Interkulturellen Arbeit“ die Eltern als Experten heranziehen z.B. bei Themennachmittagen oder Festen

Die Rolle des hauswirtschaftlichen Personals

- Regelmäßigen Erfahrungsaustausch sowie Fortbildungen der Mitarbeiter ermöglichen
- Regelmäßiges Feedback über:
- Beliebtheit bzw. Verbesserungsmöglichkeiten der Gerichte
- Speiserestmengen
- Rechtzeitige Information über Änderungen der Essensteilnehmer, z.B. durch Ausflüge

Die Rolle des pädagogischen Personals

- Das Thema Ernährung bewusst in den Alltag der Einrichtung integrieren
- Regelmäßigen Erfahrungsaustausch sowie Fortbildungen der Mitarbeiter ermöglichen

Die Rolle des Trägers

- Einbindung des Trägers bei grundlegenden Änderungen

Die Rolle der Öffentlichkeit

- Regelmäßige Informationen über die Kita-Zeitung oder das Amtsblatt
- Information über die Kita-Homepage

Unsere Kooperationspartner

- Diverse Stiftungen z.B. Sarah Wiener Stiftung
- Ernährungsprojekte der Vereine z.B. Landfraueninitiative „Her mit dem Gemüse“
- Landesförderprogramme z.B. Kita isst besser, Kitaideenwettbewerb 2019
- Ernährungsprogramme verschiedener Firmen z.B. Frühstück bei DM, Aktion „Gesundes Frühstück“ der Firma Kölln, Tiger Kids Programm der AOK, etc.
- Sozialraumorientierte Angebote wie beispielsweise:
 - Besuch des Bauernhofs der Familie Schwalb, Hettenleidelheim
 - Besuch des Erdbeerlandes Funk, Eisenberg
 - Besuch des Kleinsägmühlerhofs der Lebenshilfe, Altleiningen

Akzeptanz

Eine gesundheitsfördernde Kita-Verpflegung kann nur dann erfolgreich umgesetzt werden, wenn sie von allen Beteiligten akzeptiert und unterstützt wird. Folgende Beispiele haben sich in der Praxis bewährt.

Eltern

Eine der Voraussetzungen, Kinder in der KiTa mit gesundem Essen zu versorgen und ein ausgewogenes Essverhalten nachhaltig aufzubauen, ist eine konstruktive Zusammenarbeit und vertrauensvolle Kommunikation mit den Eltern.

Unsere ersten Kontaktgespräche beinhalten Informationen zu individuellen Ess- und Trinkgewohnheiten der Kinder.

Wir informieren die Eltern frühzeitig darüber, wie unser Ernährungskonzept in der KiTa aussieht und wie im Haus Esskultur vermittelt und gesundes Essverhalten gefördert wird. Darüber hinaus haben die Eltern die Möglichkeit, sich aktiv zu beteiligen, indem sie bei gegebenen Anlässen an der Essenszubereitung in der Küche / im Haus teilnehmen.

Bei der Wahl unserer Angebote richten wir uns nach den aktuellen Bedürfnissen der Eltern.

- transparente Darstellung und Vermittlung des Essenspreises
- Besichtigung der Küche schafft Verständnis für die Produktion der Mittagsverpflegung
- Aushang des Speiseplanes in der Kita
- Offenheit der Einrichtung für Familienrezepte und Impulse seitens der Eltern
- Zusammenstellung der Lieblingsrezepte der Kinder in einem Kochbuch

Kinder

Die Mitsprache und Mitwirkung der Kinder an der Essensversorgung stärkt ihre eigene und die Wertschätzung anderen gegenüber.

Über die Möglichkeit ihr Essen selbst zu bestimmen, können sie eine differenzierte Selbst- und Körperwahrnehmung für Hunger und Sättigung entwickeln.

Unsere Kinder werden von uns angeregt sich an der Auswahl, der Zubereitung von Speisen für Feste und an der Zubereitung der täglichen Nachmittagsmahlzeit zu beteiligen.

- der Speiseplan wird kindgerecht mit Bildern dargestellt
- mitgebrachte Familienrezepte werden im Speiseplan mit einem Foto des jeweiligen Kindes gekennzeichnet
- mit Hilfe eines Essensgremiums werden Bedürfnisse und Wünsche der Kinder herausgefiltert
- Probierportionen helfen dem Kind sich auch an unbekannte Speisen heran zu trauen
- die Kinder dürfen gelegentlich in der Küche mithelfen
- Wünsche der Kinder werden berücksichtigt und in den Speiseplan aufgenommen
- die Geburtstagskinder dürfen ihr Geburtstagsessen selbst auswählen, welches am Speiseplan mit einem Geburtstagskrönchen markiert wird
- Speisen erhalten Phantasienamen, z.B. Tigerbananen, Räubereintopf...