

Verpflegungskonzept der Kindertagesstätte



„Dein Körper ist wie ein
Garten... und du bist allein der
Gärtner!“

Inhaltsverzeichnis

Vorwort

Unsere Leitgedanken und Ziele

I. Bildungsauftrag in der Gemeinschaftsverpflegung

1. Das gemeinsame Essen als Lernort

- 1.1. Unsere Leitgedanken und Ziele
- 1.2. der pädagogische Rahmen
- 1.3. die Gestaltung der Mahlzeiten
- 1.4. der Ablauf bei den Mahlzeiten in den einzelnen Gruppen
- 1.5. Regelmäßige Entscheidung im Team
- 1.6. Kommunikation im Alltag mit dem Kind
- 1.7. Elternarbeit/Information der Eltern

II. Die Qualität der Gemeinschaftsverpflegung

1. Gestaltung des Speisplanes nach der DGE

2. Auswahl, Qualität und Zubereitung der Lebensmittel

3. Die Zubereitung und Ausgabe der Lebensmittel

4. Getränkeversorgung

5. Besonderheiten der Gemeinschaftsverpflegung

- 5.1. Verpflegung der Kleinkinder
- 5.2. Umgang mit Süßigkeiten
- 5.3. Umgang mit schwierigen Essensituationen
- 5.4. Umgang mit Lebensmittelunverträglichkeiten
- 5.4. Religiöse, ethische und Kulturelle Gesichtspunkte
- 5.5. Verpflegung bei Festen und Feierlichkeiten

6. Organisationsqualität

6.1 Nachhaltigkeit

6.2. Kostendeckende Produktion

6.3. Die Abrechnung

6.4. Hygiene

6.5. Qualitätskontrolle und Beschwerdemanagement

Schlusswort

Impressum

Vorwort

Liebe Eltern,

Die Art und Weise wie wir uns ernähren, hat einen direkten Einfluss auf unser Wohlbefinden, unsere Gesundheit und unsere Lebensqualität. Die richtige Ernährung kann uns mit Energie versorgen, unsere Abwehrkräfte stärken und uns dabei helfen, ein erfülltes Leben zu führen.

Ganz nach dem Motto unseres Konzeptes: Dein Körper ist wie ein Garten und du allein bist der Gärtner. Haben wir es in der Hand, wie wir unsere Ernährung gestalten möchten.

Nachdem die uns anvertrauten Kinder aber noch keine volle Verantwortung für Ihre Ernährung übernehmen können, haben wir es uns bewusst zum Ziel gesetzt die für die Kinder mit zu übernehmen. Wir möchten den Kindern deutlich machen, was zu einer gesunden Ernährung und Lebensweise gehört. Hierfür wird in unserer Einrichtung frisch gekocht, die Zutaten regional und saisonal eingekauft und die Kinder dürfen beim Kochen mithelfen und an Entscheidungen teilhaben.

In einer Zeit, in der sich die Welt schnell verändert und unsere Lebensgewohnheiten sich ständig im Wandel befinden, ist es von entscheidender Bedeutung, dass wir uns bewusst mit unserer Ernährung auseinandersetzen.

In unserem Alltag haben wir oftmals wenig Zeit zusammen mit den Kindern zu kochen. Viele Familien nutzen die Zeit, in der das Kind im Kindergarten betreut ist, um zuhause zu kochen. Wann haben die Kinder also die Möglichkeit mit den Nahrungsmitteln in unverarbeitetem Zustand in Berührung zu kommen? Wann haben die Kinder die Möglichkeit bei der Zubereitung und Verarbeitung von Speisen zu helfen und selbst tätig zu werden? Sehr selten. Und genau hier möchten wir ansetzen. Es ist uns wichtig, die Kinder im ganzen Verarbeitungsprozess mit einzubeziehen, die Lebensmittel vom Einkauf bis zur Verarbeitung und schließlich als leckeres Essen auf dem Teller wahrzunehmen.

Ein weiterer wichtiger Bestandteil unseres Konzeptes ist die Freude am Essen. Essen sollte nicht nur reine Nahrungsaufnahme sein, sondern ein Genussmoment. Viele solcher Genussmomente möchten wir den Kindern schenken.

Wir möchten in diesem Konzept vorstellen, wie genau wir das mit unseren Kindern umsetzen.

Unsere Leitgedanken und Ziele

I. Bildungsauftrag in der Gemeinschaftsverpflegung

1. Das gemeinsame Essen als Lernort

1.1 Unsere Leitgedanken und Ziele

Leitgedanken unseres Konzeptes:

Ganzheitlicher Ansatz

Unser Ernährungskonzept berücksichtigt alle Aspekte einer gesunden Ernährung, einschließlich der physischen, mentalen und emotionalen Kompetenzen. Es geht über die bloße Auswahl von Lebensmitteln hinaus und betrachtet den gesamten Lebensstil, um ein optimales Wohlbefinden zu fördern.

Individualität

Wir erkennen an, dass jeder Mensch einzigartig ist und unterschiedliche Bedürfnisse hat. Unser Konzept bietet Flexibilität und Anpassungsfähigkeit, um den individuellen Vorlieben, Zielen und Lebensumständen gerecht zu werden.

Nachhaltigkeit

Wir setzen auf eine Nachhaltige Ernährung, die sowohl unsere Gesundheit als auch die Gesundheit unserer Umwelt berücksichtigt. Wir setzen auf regionale und saisonale Lebensmittel, um die Umweltbelastung zu reduzieren.

Bildung und Wissensvermittlung

Unser Ziel ist es, ihnen das nötige Wissen zu vermitteln, was in unseren Speisen enthalten ist und wie wir unseren Bildungsauftrag in Sachen gesunder Ernährung umsetzen.

Genuss und Freude am Essen

Wir glauben daran, dass Essen nicht nur eine Pflichtaufgabe ist, sondern ein sinnliches Erlebnis sein sollte. Unser Konzept fördert den Genuss von hochwertigen Lebensmitteln, das bewusste Schmecken und die Freude am Essen, um eine positive Beziehung zur Ernährung aufzubauen.

Ziele unseres Konzeptes:

Förderung der Gesundheit

Unser Hauptziel ist es, die Gesundheit der Kinder zu fördern und sie an eine gesunde Lebensweise heranzuführen und den Kindern diese zu verinnerlichen. Den Kindern soll wertvolles Wissen über eine gesunde Lebensweise vermittelt werden.

Förderung einer ausgewogenen Ernährung

Das Ernährungskonzept hat das Ziel, den Kindern eine ausgewogene und vielseitige Ernährung näher zu bringen. Es soll Ihnen helfen, gesunde Lebensmittel zu erkennen und zu wählen um eine optimale Nährstoffversorgung gewährleisten.

Entwicklung von Esskultur und Essverhalten

Das Ernährungskonzept soll den Kindern helfen, eine positive Einstellung zum Essen zu entwickeln. Sie sollen lernen langsam und bewusst zu essen und die Mahlzeiten zu genießen. Ebenso sollte den Kindern ein gesundes Sättigungsgefühl vermittelt werden.

Sensibilisierung von Lebensmittelqualität und Herkunft

Die Kinder sollen dafür sensibilisiert werden wo unsere Lebensmittel herkommen und dass wir auf regionale und saisonale Lebensmittel, sowie Lebensmittel mit guter Qualität achten.

Förderung der Selbständigkeit

Das Ernährungskonzept im Kindergarten soll die Selbständigkeit der Kinder in Bezug auf die Ernährung fördern. Sie sollen befähigt werden, einfache Mahlzeiten selbständig zuzubereiten und zu wählen, um ein gesundes Essverhalten auch außerhalb des Kindergartens beizubehalten.

Einbindung der Eltern

Das Konzept soll auch die Eltern aktiv mit einbeziehen etwas zur gesunden Ernährung der Kinder beizutragen und gemeinsam z.B. für unsere jeweiligen Gemüse - und Obstkörbe in den einzelnen Gruppen einzukaufen und diese zu befüllen. Doch auch die Brotzeiten der Kinder sollten gesund sein und hier ist die Zusammenarbeit mit den Eltern gefragt und wertvoll.

Rollierender Speiseplan

Durch unseren immer wiederkehrenden Speiseplan sollen die Kinder bekannte Dinge schätzen lernen und den Geschmack verinnerlichen. Ein Kind sollte ein Lebensmittel bis zu 7-mal probieren, bevor es den Geschmack verinnerlicht hat und mag. Vor allem bei unbekanntem Lebensmitteln ist dies wichtig.

1.2 der pädagogische Rahmen

Wir möchten den Kindern die Möglichkeit bieten, ihnen unbekannte Lebensmittel und Gerichte kennenzulernen und zu probieren. Die Kinder dürfen und sollen sich ihr Essen selbst nehmen können. Dafür wurden kindgerechte Gefäße, Schüsseln und Besteck angeschafft. Jedes Kind bekommt so ein Gefühl für die Größe der Essensportion. Dadurch lernen die Kinder Mengen einzuschätzen und selbständig zu Handeln. Unter anderem wurde dadurch die Menge der Essensreste minimiert. Stößt das Essen auf Ablehnung, bleibt dies von den pädagogischen Kräften unkommentiert. Die pädagogischen Fachkräfte regen die Kinder immer wieder zum Probieren von Lebensmitteln und Speisen an und nehmen mit den Kindern einen pädagogischen Happen zu sich.

In Kinderkonferenzen dürfen die Kinder mitentscheiden, was sie gerne zum Mittagessen essen wollen oder was an dem pädagogischen Kochtag gekocht wird. Wir geben dann unserer hauswirtschaftlichen Kraft ein Feedback und sie entscheidet wie die Gerichte in den Speiseplan eingefügt werden können.

1.3 die Gestaltung der Mahlzeiten

Jede Gruppe gestaltet ihre Essenssituation ansprechend und in einem angenehmen Rahmen für die Kinder. Dabei wird darauf geachtet, dass das Geschirr aus Porzellan oder die Trinkbecher aus bruchsicheren Glas besteht. Auch die Essentische sind ansprechend nach der Jahreszeit gestaltet. Die Essenssituation soll die Kinder zum ruhigen Austausch anregen und genügend Zeit zum Essen bieten. Jede Essenssituation dauert bei uns mindestens 45 min. Vor jeder Mahlzeit wird ein Gebet gesprochen. Dies dient als festes Ritual, dass die Kinder auf das Essen einstimmt.

1.4 der Ablauf bei den Mahlzeiten in den einzelnen Gruppen

Mäusegruppe:

Tischregeln:

- Vor jeder Mahlzeit werden die Hände gewaschen
- Alle Kinder fangen am Esstisch gemeinsam an zu essen
- Alle Kinder probieren das Essen wenigstens einmal bevor sie „das mag ich nicht“ sagen
- Kinder sollen lernen, mit Löffel und Gabel selbstständig zu essen
- Mahlzeiten sollten in Ruhe eingenommen werden
- Erst wenn alle Kinder mit dem Essen fertig sind, verlassen wir den Tisch
- Nicht mit dem Essen spielen oder herunterwerfen
- Nicht mit vollem Mund reden oder mit offenem Mund kauen; es wird kein Essen ausgespuckt
- Füße bleiben unter dem Tisch stehen (auf dem Brett) stehen
- Am Esstisch „Bitte“ und „Danke“ sagen
- Nur soviel auf den Teller geben, wie man essen kann → Nachnehmen ist selbstverständlich erlaubt
- Es muss nicht aufgegessen werden

- Nach dem Essen waschen alle Kinder den Mund und die Hände mit einem kleinen Waschlappen
- Süßes Gebäck: Süßigkeiten von zuhause sind in der Kita nicht erwünscht, aber bei besonderen Anlässen bekommen die Kinder eine kleine Süßigkeit von den Erziehern

Rituale:

- Feste Essenszeiten: Frühstück 9:30 Uhr, Mittagessen 11:30 Uhr, Nachmittagssnack 14:30 Uhr
- Am Nachmittag werden die Kinder gefragt, ob sie noch etwas essen möchten.

Frühstück (9:30 – 10:15 Uhr):

In der Freispielzeit decken wir gemeinsam mit den Kindern den Tisch. Den Morgenkreis beenden wir mit unserem gemeinsamen Gebet und wünschen uns einen guten Appetit, indem wir uns die Hände reichen. Anschließend gehen wir gemeinsam zum Hände waschen. Danach werden die Kinder auf die Bank an den Tisch gesetzt. Kinder, die sich mit dem Essen und Trinken noch etwas schwertun, bekommen von uns ein Lätzchen. Die Erzieher richten die mitgebrachte Brotzeit auf dem Teller an. Sie achten dabei auf eine bunte Auswahl (Brot, Obst, Gemüse, Joghurt). Nachnehmen dürfen sich die Kinder selbst noch etwas aus der Brotdose. An manchen Tagen bekommen die Kinder etwas aus unserem Obst- und Gemüsekorbchen. Wir beginnen das Frühstück gemeinsam. Nach dem Essen dürfen die Kinder ihre übrige Brotzeit zurück in die Dose packen.

Mittagessen (11:30 – 12:15 Uhr):

Der Tisch wird mit bunten Tüchern und Herzen geschmückt. An manchen Tagen helfen die Kinder gerne von sich aus mit beim Tisch decken. Wir gehen dann gemeinsam zum Hände waschen. Danach setzen sich die Kinder auf unseren Teppich, werden aufgerufen und an den Tisch gesetzt. Die Mittagsmahlzeit wird von den Erziehern auf den Tellern portioniert. Die meisten Kinder bekommen ein Lätzchen. Jedes Kind bekommt nun einen selbstgebastelten Regenbogen und wir sprechen zusammen unser Tischgebet:

„Wer kommt denn da geflogen?
Ein kleiner Regenbogen
Der isst heut bei uns mit,
einen guten Appetit.“

Anschließend beginnen wir gemeinsam mit der Mahlzeit. Die Kinder essen selbstständig mit Löffel und Gabel und bekommen bei Bedarf Unterstützung von den Erziehern. Nachnehmen dürfen sich die Kinder gerne. Die Erzieher räumen den Tisch ab und das Geschirr in die Spülmaschine.

Nachmittagssnack (14:30 Uhr):

Manche Kinder möchten am Nachmittag noch einen kleinen Snack aus ihrer Brotdose zu sich nehmen. Hat ein Kind an diesem Tag nicht mehr so viel dabei, bekommt es auch gerne etwas Obst oder Gemüse aus unserem Korbchen. Das Geschirr holen die Kinder allein aus dem Schrank und den Rucksack dürfen sie selbstständig zum Tisch bringen.

Zu jeder Mahlzeit dürfen sich die Kinder aus einem kleinen Glaskrug Wasser einschenken. Das Wasser holen wir zusammen mit den Kindern aus unserem Wasserspender in der Küche. Zu besonderen Anlässen bekommen die Kinder auch einmal Tee oder Saftschorle.

Nach jedem Essen waschen sich die Kinder selbstständig ihren Mund und ihre Hände mit einem kleinen Waschlappen ab. Wir Erzieher unterstützen sie dabei.

Der Tisch und die Sitzbank der Kinder werden nach jedem Essen gesäubert und der Boden gekehrt.

Bärengruppe:

ca. 9:30 – 10:15 Uhr gemeinsames Frühstück

ca. 11:30 – 12:10 Uhr gemeinsames Mittagessen

ca. 14:30 – 14:50 Uhr gemeinsame Brotzeit

Alle Kinder dürfen vor jedem Essen ihren Teller, Tasse und Besteck selbst an ihren Platz stellen. Jedes Kind hat sein individuell gestaltetes Platzset und Untersetzer für die Tasse. Vor dem Essen wird als gemeinsames Ritual ein Gebet gesprochen. Anschließend wird zusammen gegessen. Dabei dürfen die Kinder sich untereinander austauschen. Wenn alle Kinder mit dem Essen fertig sind, beenden wir das Essen mit einem Tischspruch. Danach räumen alle Kinder ihr Geschirr und Besteck auf den Geschirrwagen.

Regenbogengruppe:

ca. 9:45 – 10:15 Uhr gemeinsames Frühstück

ca. 12:30 – 13:15 Uhr gemeinsames Mittagessen

ca. 14:30 – 15:00 Uhr gemeinsame Brotzeit

Alle Kinder gehen vor den Mahlzeiten Händewaschen. Der Tischdienst deckt den jeweiligen Tisch und bringt die Deko an. Durch unterschiedliche Farben gekennzeichnete Kisten fällt es dem Tischdienst einfacher, an alles zu Denken.

Vor jeder Mahlzeit wird mit dem Kreuzzeichen und einem Gebet begonnen. Dies ist ein wichtiges Ritual in der Gruppe. Jeden Tag darf ein anderes Kind ein Gebet auswählen. Anschließend beginnen die Kinder zu Essen. Entweder die eigene Brotzeit oder beim Mittagessen, die von der Köchin vorbereitete Speisen. Am warmen Mittagessen dürfen nur angemeldete Kinder mitessen. Die Warmesser sitzen an separaten Tischen. Das warme Mittagessen steht in kleinen Auflaufformen, Schüsseln oder Tellern bereit. Jedes Kind darf sich selbst sein Essen auf den Teller geben und frei entscheiden, was und wieviel es zu sich nimmt. Zum Essen gibt es natürlich auch Getränke. Wasser mit oder ohne Sprudel oder Tee. Jedes Kind darf sich zu jeder Zeit bedienen. Entweder am Tisch während den Mahlzeiten oder an der Getränkestation während dem Freispiel. Sind alle Kinder mit dem Essen fertig, reichen wir uns die Hände und beenden mit einem Tischspruch die Essensituation. Der Tischdienst räumt das Besteck, Geschirr und Deko ab. Der Abwischdienst wischt den Tisch und der Fegedienst kehrt den Gruppenraum. Alle anderen gehen Hände waschen.

Hort:

Das Mittagessen erfolgt in zwei Gruppen, je nach Schulschluss.

Gruppe 1: ca. 12:30 – 12:45 Uhr

Gruppe 2: ca. 13:15 – 13:30 Uhr

Je nach Menü, wird die Dauer der Mahlzeit individuell auf die Bedürfnisse der Hortkinder abgestimmt. Alle Hortkinder nehmen im Gruppenraum ihre Mahlzeit ein, egal ob Warm- oder Kaltesser.

Die Hortkinder, die am warmen Mittagessen teilnehmen, stellen sich an der Küchentheke an, nehmen ihr Besteck und erhalten ihr Essen auf den Teller. Jedes Kind kann selbst entscheiden, was und wie viel es vom Speiseangebot essen möchte. Jederzeit können sich die Kinder einen Nachschlag holen. Alle Warmesser sitzen an einem Tisch. Die Kaltesser verzehren ihr Essen an den anderen Tischen aber gemeinsam mit den Warmessern. An allen Tischen stehen Teller und Trinkgläser bereit. Die Hortkinder können sich jederzeit Wasser mit oder ohne Sprudel einschenken. Nach 10 – 15 Minuten Essenzeit können die Kinder selbstständig aufstehen, wenn sie mit dem Essen fertig sind.

Bei den Hortkindern werden zu besonderen Anlässen, z. B. Weihnachtsfeier, Osterfeier oder Ferienabschluss, die Tische nach dem Anlass entsprechend dekoriert. Diese Dekorationen stellen die Hortkinder selbst her und bringen ihre eigenen Ideen mit ein.

Unsere Tischregeln:

Sie sind wichtig, um zum Beispiel den Geräuschpegel zu reduzieren. Dies bedeutet aber nicht, dass unsere Kinder während der Mahlzeit nicht reden dürfen. Ganz im Gegenteil: Mahlzeiten sind bei uns auch immer Austausch- und Kommunikationszeiten.

Alle Mahlzeiten werden vom pädagogischen Personal begleitet. Wir achten auf den korrekten Umgang mit Besteck sowie der Essensregeln (z. B. „Mit vollem Mund wird nicht gesprochen“).

1.5 Regelmäßige Beratung und Entscheidung im Team

Alle Mitarbeitende unserer Kita verstehen sich als ein Kita-Team, unabhängig von ihrer beruflichen Qualifikation. Wir haben ein gemeinsames Verständnis von gesundheitsförderlicher Ernährung miteinander erarbeitet. Im Kita-Alltag tauschen sich pädagogische und hauswirtschaftliche Fachkraft darüber aus, ob die Verpflegung von den Kindern akzeptiert ist und welchen Änderungsbedarf es gibt. Im Kita-Jahr nutzen wir unsere Teamsitzungen, um uns als gesamtes Team weiter über dieses Verständnis auszutauschen und uns über aktuelle Ernährungsstandards für die Verpflegung in der Kita zu informieren. Außerdem planen wir unser pädagogisches Kochen gemeinsam in der Gruppenleiterbesprechung. Jedes Teammitglied darf und soll seine Ideen zur Weiterentwicklung mit einbringen können.

Die positive Haltung der pädagogischen Fachkräfte gegenüber Essen und Verhalten am Tisch gibt den Kindern Orientierung. Neben fachlicher Kompetenz gehört zur Professionalität, das eigene Handeln und Verhalten zu differenzieren und zu reflektieren. Uns ist es wichtig Gefühle, Vorlieben und Abneigungen gegenüber bestimmten Lebensmitteln nicht an die Kinder weiterzugeben. Hierbei spielt die Vorbildfunktion der pädagogischen Fachkräfte im Vordergrund. Im Bereich der Ernährung kann es

schnell passieren, dass die eigenen Erfahrungen die Professionalität überlagern, so dass eigene Wertvorstellungen fachdidaktisches Wissen ersetzen.

Die Teilnahme am Ernährungscoaching hat uns nochmals verdeutlicht, wie wichtig die Ernährung gerade im Kindergarten ist. Wir stehen immer im regen Austausch mit dem Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forst. Die Teilnahme an den dort angebotenen Fortbildungen gibt uns neue Perspektiven und gibt uns regelmäßig die Chance unsere Bildungsarbeit im Bereich Ernährung zu vertiefen.

1.6 Kommunikation im Alltag mit dem Kind

In unserem pädagogischen Alltag ist es sehr wichtig, dass wir mit den Kindern während dem Essen kommunizieren. Die Essensituation ist ruhig gestaltet und jeder Tisch und jedes Kind darf in Kleingruppen zusammensitzen und sich unterhalten und ins Gespräch kommen.

Im Alltag kommunizieren wir mit den Kindern sehr viel über verschiedene Lebensmittel. Beim Auspacken der Brotzeit wird zum Beispiel oft erzählt, was das Kind von zuhause mitgebracht hat. Darauf gehen wir ein und treten der Brotzeit des Kindes wertschätzend gegenüber.

Wir haben in unserem Kindergarten ein eigenes Hochbeet und Kräuterbeete gebaut und bepflanzt. So haben die Kinder einen Bezug zu den Lebensmitteln von Anfang an und sehen die Pflanzen sogar beim Wachsen. Durch unsere ländliche Umgebung ist es uns auch immer möglich, verschiedene Pflanzen auf den Äckern, in Gärten der Anwohner oder auch Tiere aller Art anzuschauen. So lernen wir automatisch sehr viel über die Herkunft einzelner Lebensmittel.

Durch unsere pädagogischen Kochtage, die einmal in der Woche stattfinden, erlernen die Kinder viel über die Verarbeitung der Lebensmittel und sind stolz, ihre eigenen Speisen herzustellen und mit zu helfen. Auch hierbei besprechen wir mit den Kindern die Herkunft einzelner Lebensmittel oder das Wachstum der Pflanzen.

Die Meinung der Kinder ist für uns von großer Bedeutung. Sie sagen uns sehr deutlich, welche Gerichte sie mögen und welche nicht. Die Kinder machen auch Vorschläge für den Kochtag oder äußern ihre Wünsche für die Gestaltung des Speiseplans.

1.7 Elternarbeit/Information der Eltern

Die Teilnahme unserer Einrichtung am Ernährungscoaching des Bayerischen Staatsministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten hat uns bezüglich der Versorgung der Kinder einen entscheidenden Schritt weitergebracht. Durch die praxisnahe Beratung und im Austausch mit anderen teilnehmenden Kitas haben wir sehr viele Anregungen für die Umsetzung eines ansprechenden und gesundheitsfördernden Ernährungskonzept bekommen.

In unserer Kindertagesstätte finden regelmäßig Team-Sitzungen statt. Hier werden auch alle Aspekte, Neuerungen und Veränderungen bezüglich der Ernährung in der Kita besprochen. Auch die päd. Teams innerhalb der Gruppen reflektieren regelmäßig den Ablauf der Mahlzeiten und suchen nach Lösungen, diesen zu optimieren.

Kindertagesstätte und Elternhaus arbeiten bei der Bildung und Betreuung der Kinder zusammen. Somit erscheint es nur logisch, dass auch in Fragen der Ernährung ein Austausch stattfindet. Dabei geht es zunächst einmal um die Weitergabe von Informationen

Seit Einführung der Kidsfox App haben wir ein komfortables Medium gefunden, mit dem wir die wöchentlichen Speisepläne veröffentlichen oder Informationen über den Kochtag weitergeben.

Auch an den Info-Wänden im Garderobenbereich und vor den Gruppenräumen werden die Speisepläne und Infos zum Kochtag ebenso wie über besondere Frühstücksangebote z.B. bei Geburtstagen ausgehängt.

Bei Allergien oder Unverträglichkeiten bei bestimmten Lebensmitteln sind wir darauf angewiesen, dass Eltern uns informieren. Dies wird im Allgemeinen bereits bei der Anmeldung abgefragt. Ebenso wie weitere spezielle Ernährungsgewohnheiten, die z.B. ethisch oder religiös begründet sind (kein Schweinefleisch oder vegetarische Lebensweise).

Auch beim ersten Elternabend im Kindergartenjahr wird das Thema „gesunde Ernährung“ immer wieder thematisiert.

II. Die Qualität der Gemeinschaftsverpflegung

1. Gestaltung des Speiseplanes nach der DGE

Im Rahmen unseres Ernährungscoachings vom Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forst haben wir einen rotierenden Speiseplan für 8 Wochen im Voraus auf der Grundlage des DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in Kindertageseinrichtungen entwickelt. Wir bieten regionale und saisonale Produkte an, die von örtlichen Anbietern stammen. Der Speiseplan wird in unserer Kindergarten App immer am Freitag für die kommende Woche an die Eltern verschickt. Auch in Papierform hängt er an unserer Informationstafel im Eingangsbereich. Zusatzstoffe in den verwendeten Lebensmitteln werden gemäß der Zusatzstoff-Zulassungsverordnung auf dem Speiseplan als Fußnote angegeben.

2. Auswahl, Qualität und Zubereitung der Lebensmittel

Unsere Köchin kauft immer am Wochenbeginn alle Lebensmittel frisch ein. Dabei achtet sie auf regionale und saisonale Produkte. Sie achtet auf gute Qualität der Erzeugnisse und auf die Standards der DEG. Sie sollten umweltverträglich verpackt und bevorzugt gering behandelt sein. Eier und Kartoffeln bekommt unsere Kindertagesstätte von Hofladen Friedrich, in Unterspiesheim geliefert. Alle anderen Produkte beziehen wir von der REWE Götzelmann in Gerolzhofen.

3. Die Zubereitung und Ausgabe der Lebensmittel

Unsere Köchin achtet stets darauf, kindgerecht zu salzen und zu zuckern. Wir verwenden ausschließlich Jodsalz. Außerdem versuchen wir möglichst auf raffinierten Zucker zu verzichten. Zum Würzen verwendet unsere Köchin viele Kräuter aus dem Kräuterbeeten unserer Kindertagesstätte.

Eine fettarme Zubereitung der Lebensmittel ist uns wichtig. Auf frittierte Produkte verzichten wir. Panierte Produkte werden 2x im Monat angeboten.

Das Essen wird sofort nach der Zubereitung auf kurzen Wegen in die Gruppen gebracht und abgedeckt transportiert. Die Ausgabetemperatur beträgt mindestens 65° c. Die Ausgabetemperatur von kalten Speisen beträgt max. 7°C.

4. Getränkeversorgung

In allen Gruppen stehen Trinkstationen zur Verfügung. Jedes Kind hat einen selbstgestalteten Untersetzer für das Trinkglas. Somit werden die Becher nicht verwechselt. Jedes Kind darf sich jederzeit selbst an der Trinkstation bedienen und sich selbst einschenken. Falls nötig, werden sie dabei von den pädagogischen Kräften unterstützt. Wir bieten stilles oder aufgesprudeltes Leitungswasser an. Auch verschiedene Teesorten werden gekocht. Diese stammen vorwiegend von den heimischen Kräuterbauern. Gerade im Sommer bieten wir den Kindern immer aktiv Getränke an, insbesondere bei sehr hohen Temperaturen und viel Bewegung in unserem Außenbereich. Unsere kleinsten Kinder unter 3 Jahren werden häufiger ans Trinken erinnert.

5. Besonderheiten der Gemeinschaftsverpflegung

5.1. Verpflegung der Kleinkinder

Bei den Kleinkindern achten wir darauf, kleine runde Früchte (z.B. Heidelbeeren oder Trauben) kleiner zu schneiden, da sie sich sonst eventuell daran verschlucken. Bei Festen/Feierlichkeiten wird das Brot in mundgerechte Stücke geschnitten (aber trotzdem noch kauen → wichtig für die Kaumuskulatur).

5.2. Umgang mit Süßigkeiten

Süßigkeiten gibt es in unserer Kita nur zu besonderen Anlässen, wie z. B. zu Geburtstagen von Kindern, Fasching und am Nikolaustag. Bei Kindergeburtstagen bitten wir um Absprache mit der jeweiligen Gruppenleitung, was in welcher Form mitgebracht werden kann. Gerne geben wir ein Rezept für einen Geburtstagskuchen an die Eltern, der auch für Allergiker geeignet ist und weniger Zucker enthält.

5.3. Umgang mit schwierigen Essensituationen

Essen wird grundsätzlich nicht als Trost, Belohnung oder Bestrafung eingesetzt. Damit möchten wir der Entwicklung von ungünstigen Ernährungsgewohnheiten vorbeugen. In schwierigen Situationen lassen wir den Kindern alternativ Nähe, Aufmerksamkeit und Zuspruch zukommen. Die Kinder müssen bei uns ihren Teller nicht leer essen. Auch kommt es vor, dass ein Kind an manchen Tagen keine oder nur sehr wenig der angebotenen Speisekomponenten essen möchte. Trotzdem bekommen alle Kinder den Nachtisch, da bei uns Nahrungsmittel nicht als Bestrafung eingesetzt wird.

5.4. Umgang mit Lebensmittelunverträglichkeiten

Eine Lebensmittelallergie (Nahrungsmittelallergie) kann unterschiedliche Symptome hervorrufen. Allergische Beschwerden auf Nahrungsmittel können sowohl Haut und Schleimhäute als auch den Hals-Nasen-Ohren-Bereich, die Lunge oder den Magen-Darm-Trakt betreffen.

Am häufigsten führt eine Lebensmittelallergie zu Hauptbeschwerden. Etwa jede zweite Allergie gegen Lebensmittel verursacht Hautreaktionen wie zum Beispiel Rötungen, Schwellungen, Quaddeln oder Ekzeme. Einige Symptome können für das Kind/Erwachsenden lebensbedrohlich werden.

Deswegen fragen wir bei der Anmeldung der Kinder, Lebensmittelunverträglichkeiten und Allergien ab. Diese Informationen werden an die pädagogischen Fachkräfte weitergegeben und beim pädagogischen Kochen berücksichtigt.

Wichtig ist uns bei Bekanntwerden der Unverträglichkeit ein erstes Elterngespräch zu führen. Es wird geklärt, um welche Unverträglichkeit es sich handelt und auf welche Besonderheiten geachtet werden müssen. Ein gültiges ärztliches Attest als Bescheinigung muss in der Einrichtung vorgelegt werden. Bei Bedarf wird mit den Eltern ein individuelles Handlungskonzept für den Notfall erarbeitet. Gegebenenfalls werden für Notfallsituationen die Mitarbeiter von dem behandelten Arzt geschult.

5.4. Religiöse, ethische und kulturelle Gesichtspunkte

Die Auswahl der Lebensmittel, die Art und Weise der Nahrungszubereitung und auch das Einnehmen der Mahlzeiten ist stark geprägt durch unsere Herkunft. Hierbei spielen die kulturelle Identität und die Religion eine entscheidende Rolle.

Unsere Esskultur ist über Jahrhunderte gewachsen und stark durch die christliche Religion beeinflusst. Viele traditionelle Essgewohnheiten haben darin ihren Ursprung, wie z.B. der Verzicht auf Fleisch an bestimmten Fasttagen (Karfreitag) oder ein besonders üppiger Gänsebraten am Martinstag (zu Beginn der früher üblichen 40tägigen Fastenzeit vor Weihnachten).

Durch die Möglichkeit, Länder über den ganzen Globus verteilt besuchen zu können, aber auch durch die vielen Einwanderer in unserem Land haben wir die verschiedensten Küchen und Ernährungskonzepte kennengelernt. Dies wird als große Bereicherung gesehen und kann auch als Teil des kulturellen Austausches gewertet werden. Gleichzeitig gilt es auch, anderen Essgewohnheiten mit Respekt und Toleranz zu begegnen. Dies gilt für eine vegetarische oder vegane Lebensweise ebenso wie bestimmte Speisenverbote in der koscheren und halalen Küche.

Eine vollständige Umstellung auf eine der vorgenannten Ernährungsweisen ist für uns als Einrichtung nicht praktikabel. Wir können aber gewährleisten, dass ein Kind die von den Eltern gewünschte Kost isst, wenn die Eltern dies auch durch ihre Mitarbeit unterstützen.

Gern probieren wir auch mal Gerichte aus anderen Ländern aus. Dies hängt natürlich auch davon ab, aus welchen Ländern Kinder bei uns betreut werden.

5.5. Verpflegung bei Festen und Feierlichkeiten

Regelmäßige Feste für alle Kinder, Eltern und Mitarbeiter/-innen in der Kita sollen die Kontakte untereinander stärken und auch Möglichkeiten zum Austausch bieten. Das Kita-Team berät mit dem Elternbeirat, welche Speiseangebote es geben soll und inwieweit süße und herzhaftes Speisen auch mit Rücksicht auf kulturellen und religiösen Besonderheiten sinnvoll sind.

Beim ersten Elternabend nach Beginn des Kita-Jahres sprechen wir das Thema Hygiene im Zusammenhang mit Festen zusätzlich an:

- Speisen mit rohen Eiern, rohem Fleisch, rohem Fisch sowie Roh- bzw. Vorzugsmilch dürfen nicht mitgebracht werden. Diese Lebensmittel können mit Krankheitserregern behaftet sein. Daher sind Speisen wie selbstgemachte Mayonnaisen, Tatar oder Rohmilchkäse für Kita-Feste nicht erlaubt.
- Die Speisen sollten möglichst kurz vor der Feier zubereitet und gut durcherhitzt bzw. durchgebacken werden.
- Zu kühlende Lebensmittel und Speisen (z. B. Milch, Joghurt, Wurst, Käse, Salate, Desserts) müssen auch gekühlt transportiert werden. Anschließend geben Sie die Speisen direkt nach Ankunft in der Kita weiter in die Kühlung.

6. Organisationsqualität

6.1 Nachhaltigkeit

Den Einkauf der Lebensmittel erledigt die Köchin, Frau Sonja Lutz. Dafür kauft sie entsprechend der Wochenplanung den Großteil der Lebensmittel bei der Firma REWE in Gerolzhofen ein. Sie achtet darauf, dass die gekauften Waren weitgehend aus der Region stammen. Gemüse, Salat und Obst sollen möglichst saisonal verfügbar sein. Zum Teil kauft Frau Lutz saisonal verfügbares Gemüse aus biologischem Anbau ein, außerdem auch frische Kräuter wie Petersilie und Schnittlauch im Blumentopf. Durch die Anlage von zwei Hochbeeten für Kräuter im Garten der Kita können künftig selbst gezogene Kräuter genutzt werden.

Der bei REWE gekaufte Fisch stammt vollständig aus nachhaltiger Fischerei. Die Fleisch- und Wurstwaren sind stets aus dem regionalen Frischangebot.

Etwa 4 km von der Kita entfernt ist ein Selbstvermarkter, der Hofladen Friedrich. Dieser Hofladen beliefert die Kita auf Bestellung mit saisonal verfügbaren Waren: Das sind Kartoffeln, Süßkartoffeln, Äpfel, saisonales Gemüse wie Chinakohl, Karotten, Zwiebeln und Eier.

Im Nachbardorf sind Filialen der Supermarktkette tegut und des Bäckers Pappert. Bei diesen Geschäften werden ergänzend zum Wocheneinkauf frische Waren wie Obst und Gemüse gekauft, beim Bäcker Brötchen und Brot.

6.2. Kostendeckende Produktion

Jeden Tag wird das Mittagessen für etwa 30 Kinder frisch gekocht. Die Köchin, Frau Lutz, hat eine Teilzeitstelle mit 20 Wochenstunden. In dieser Zeit erledigt sie die Einkäufe und die Bestellungen beim Hofladen, kocht, bringt das Essen in die Gruppen und spült ab. Durch diesen bewundernswerten Einsatz für die Kita können die Kosten des Mittagessens (Lohnkosten und Lebensmittel) in etwa durch die Elternbeiträge gedeckt werden.

Ein Ziel unserer Kita ist es, den Kindern die Herkunft und die Zubereitung der Lebensmittel nahe zu bringen. Einmal pro Woche bereiten die die Kindergartenkinder in den Gruppen eine Mahlzeit, eine

Nachspeise oder einen Imbiss für alle Kindergartenkinder zu. Dieses pädagogische Kochen entlastet Frau Lutz ein wenig bei ihrer täglichen Arbeit.

Leider ist es aus Kostengründen nicht möglich, mehr biologisch angebaute und erzeugte Waren einzukaufen. Umso wichtiger ist uns, die Lebensmittel aus der Region und entsprechend der Jahreszeit zu verwenden.

6.3. Die Abrechnung

Frau Lutz kauft die Lebensmittel von der Firma REWE und vom Hofladen Friedrich auf Rechnung. Die Kosten für zusätzliche Einkäufe von anderen Händlern legt sie aus. Die Kassiererin des Trägervereins, Frau Kaindl, begleicht die Rechnungen und die Auslagen der Firmen bzw. die Auslagen von Frau Lutz durch Überweisung.

Zurzeit bezahlen die Eltern der Kindergartenkinder für das Mittagessen pro gebuchten Wochentag 12 € im Monat, die Eltern der Schulkinder 14 €. Das bedeutet, wenn ein Kindergartenkind zum Beispiel dreimal pro Woche das Mittagessen bekommt, bezahlen die Eltern $3 * 12 € = 36 €$ pro Monat, für ein Schulkind bei z. B. vier Mahlzeiten pro Woche sind es entsprechend $4 * 14 € = 56 €$ pro Monat. Der Elternbeitrag wird für 12 Monate im Jahr bezahlt und wird am Monatsanfang von der Kassiererin eingezogen. Dadurch sind die Einnahmen der Kita stabil, auch in Monaten mit Ferien oder Feiertagen.

6.4. Hygiene

Gesundes Essen darf nicht krank machen. Deshalb legen wir auch großen Wert auf Sauberkeit und Hygiene bei Einkauf, Lagerung, Zubereitung und Verzehr der Lebensmittel.

Schon beim Einkauf im Geschäft gibt es vieles zu beachten:

Die Lebensmittel sollten fachgerecht gelagert sein.

Die Verpackung sollte ohne Verschmutzung und Beschädigung sein, dass MHD deutlich erkennbar.

Kühl- und Gefrierketten dürfen nicht unterbrochen sein.

Für den Transport der Lebensmittel gilt:

Gekühlte und TK-Lebensmittel sind in einer Kühlbox/Kühltasche zu transportieren.

Die Verwendeten Transportbehälter müssen sauber und intakt sein.

Die Lebensmittel sollen auf schnellstem Wege in die Einrichtung gebracht werden.

Für die Lagerung der Lebensmittel ist wichtig:

Alle Schränke und Regale müssen sauber sein. Sie sind regelmäßig auf Schädlinge zu kontrollieren.

Kühl- und Gefriergut ist entsprechend zu lagern. Kühlschranks und Gefrierschranks sind regelmäßig zu reinigen, gegebenenfalls abzutauen. Die Temperatur ist an jedem Arbeitstag zu kontrollieren.

Bei der Zubereitung der Lebensmittel ist die persönliche Hygiene wichtig. Hände sind vor Beginn jedes Arbeitsschrittes gründlich zu reinigen. Das Tragen einer Schürze wird dem Päd. Personal empfohlen. Lange Haare sind zusammenzubinden. Hierbei sind wir Vorbild für die Kinder bei päd. Kochangeboten.

Die Hauswirtschaftskraft trägt bei ihrer Tätigkeit eigene Kochkleidung inklusive Kopfbedeckung.

Bei der Zubereitung von Lebensmitteln zum Rohverzehr wird das Tragen von Handschuhen empfohlen.

Speisen, die mit rohen Eiern oder rohem Fleisch hergestellt wurde, dürfen nicht zum Verzehr angeboten werden.

Das gebrauchte Geschirr wird in unserer Industriespülmaschine bei... Grad gespült. Alle Schränke, in denen Ess- und Kochgeschirr aufbewahrt werden, sind wöchentlich zu reinigen.

Der Wasserspender in der unteren Küche wird jede Woche gereinigt. Das Leitungswasser wird regelmäßig von der Gemeinde Kolitzheim überprüft.

Von allen für das warme Mittagessen bestimmten Gerichten werden Rückstellproben genommen und für 14 Tage aufgehoben.

Allen Eltern wird bei der Anmeldung mit dem Betreuungsvertrag ein Informationsblatt ausgehändigt, auf denen auf die Einhaltung der Lebensmittelhygiene-Verordnung in der Kita hingewiesen wird und an die sich die Eltern ebenfalls zu halten haben (z.B. Geburtstagsfeiern in der Kita, Spenden für das Kuchenbuffet am Sommerfest...).

Im Rahmen des gemeinsamen pädagogischen Kochens von kleinen Speisen wie z. B. Kuchen oder Früchtequark im Gruppenraum mit anschließendem Verzehr fällt in die Verantwortung der Gruppe und ist unter Berücksichtigung einer guten Hygienepraxis möglich. Die Beteiligung von Kindern z. B. bei der Zubereitung des Mittagessens, das anschließend von allen Kindern der Einrichtung gegessen wird, fällt in den Geltungsbereich des Lebensmittelrechts. Deshalb ist eine Mitwirkung von Kindern hier nicht möglich.

Wenn Eltern oder andere ehrenamtlich tätige Menschen regelmäßig bei der Zubereitung der Kita-Verpflegung mithelfen, sind sie den angestellten Mitarbeiter/-innen gleichgestellt. Sie müssen ebenfalls alle Anforderungen der Hygienegesetzgebung erfüllen. Das gilt besonders für die Schulungspflichten nach Verordnung (EU) Nr. 852/2004 über Lebensmittelhygiene und für die Erst- und Folgebelehrungen nach dem Infektionsschutzgesetz. Alle Mitarbeiter der Kindertagesstätte werden regelmäßig nach dem Infektionsschutzgesetz von der Kindergartenleitung belehrt.

6.5. Qualitätskontrolle und Beschwerdemanagement

Die Gewährleistung von hoher Qualität in Bezug auf Lebensmittel ist ein zentraler Bestandteil unseres Konzeptes. Wir legen großen Wert darauf sicherzustellen, dass unsere Produkte und Lebensmittel hohen Qualitätsstandards entsprechen. Dies zeigt sich bereits in der Beschaffung der Lebensmittel, so achten wir darauf, regional und vor Ort einzukaufen, sowie saisonale Lebensmittel zu kaufen. In unserer ländlichen Umgebung wachsen auch allerlei Leckereien, die uns ab und an in den Kindergarten mitgebracht werden.

Zusätzlich zu den qualitativen Aspekten überwachen wir auch die Einhaltung gesetzlicher Vorschriften und Hygienestandards. So wird unsere Küche regelmäßig vom Gesundheitsamt kontrolliert und wir selbst achten natürlich auf Sauberkeit, Hygiene im Umgang mit unseren Küchengeräten und Lebensmitteln.

Durch das Coaching, an dem wir teilgenommen haben, haben wir ebenfalls viel über die Qualität der Essenszeit im Kindergarten gelernt und uns stetig weiterentwickelt.

Wir haben ein Beschwerdemanagement eingerichtet, bei dem alle Familien die Möglichkeit haben Lob, Kritik oder Anregungen in Bezug auf das warme Mittagessen zu schreiben. Hierfür kann der Briefkasten im Eingangsbereich genutzt werden.

Schlusswort

Wir möchten uns bedanken bei allen, die dazu beigetragen haben unsere Kita in Bezug auf die Frischküche weiterzuentwickeln. Auch alle die am Coaching aktiv ihre Ideen eingebracht und verwirklicht haben. Die Kinder haben täglich mit unserer Küchenfee Sonja Kontakt und beim pädagogischen Kochen können die Kinder fleißig bei der Zubereitung von leckerem Essen helfen. Wir freuen uns, einen wertvollen Beitrag zur Ernährung der Kinder zu leisten.

Impressum