



Ernährungskonzeption

für die Kinder im Alter von einem Jahr bis Schuleintritt in den Kindertageseinrichtungen des Malwina e.V.

Diese Konzeption beinhaltet die Qualitätsstandards für das Verpflegungsangebot auf der Grundlage aktueller ernährungswissenschaftlicher Standards sowie für die pädagogische Arbeit.

Essen in der Kindertageseinrichtung ist eine pädagogische Situation, die ein breites Spektrum beinhaltet. Dazu gehören u.a. die gesunde Ernährung, die Zubereitung von Speisen, Wissen über Lebensmittel oder Esskultur.

Hintergrund und Zielsetzung

Diese Ernährungskonzeption richtet sich als qualitative Grundlage der pädagogischen Arbeit an alle Verantwortlichen für die Verpflegung in unseren Kindertageseinrichtungen, wie Träger, Leitung, pädagogische Fachkräfte, Essensanbieter, Elternvertreter*innen und Eltern.

Ernährungsbildung

Kinder sammeln in unseren Kitas 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 bereits durch gemeinsames Kochen und Backen, Lebensmittel mit allen Sinnen zu erfahren.

Wir beachten den Zusammenhang von Ernährung, Bewegung und Gesundheit.

Durch die ausgewogene Ernährung in unseren Kitas bekommt ein Kind alles, was es zum Wachsen, Spielen und Lernen braucht.

Unser Verpflegungsangebot

Die Kitas bieten in enger Zusammenarbeit mit externen Essensanbietern eine vollwertige und gesunde Verpflegung unter Berücksichtigung ernährungsphysiologischer Empfehlungen sowie kulturspezifischer und regionaler Essgewohnheiten hergestellten altersgerechte und abwechslungsreiche Tagesversorgung während der gesamten Betreuungszeit an.

Das Verpflegungskonzept beinhaltet (Frühstück), Obst als Zwischenmahlzeit am Vormittag, Mittagessen, Vesper und ein ganztägiges Getränkeangebot (Wasser, ungesüßter Tee).

Die Bestellung, Abbestellung und Zahlungsmodalitäten regelt der Essensanbieter vertraglich direkt mit den Eltern.

Grundsätzlich nehmen alle Kinder täglich am Verpflegungskonzept der Kita teil. Die Eltern gewährleisten dies verbindlich über den Caterer.

Strukturelle Rahmenbedingungen

Die Servicekräfte sind in unseren Kindertageseinrichtungen für die Vor- und Nachbereitung der Mahlzeiten und die Ausgabestellen verantwortlich. Für die Kinderrestaurants sind die pädagogischen Fachkräfte der Kitas zuständig.

Die Restaurants sind freundliche Räume in ansprechendem Ambiente mit altersgerechtem Mobiliar. Das Mittagessen wird den Kindern in Schalen auf dem Tisch zur Selbstbedienung bereitgestellt. Zur Vesper bedienen sie sich an einem Buffet bzw. am Tisch selbst.

Frühstück und Vesper bieten wir in Buffetform mit täglichen Basiselementen wie z.B: geflügelbasierte Wurst, verschiedene wechselnde Käse- und Brotsorten ohne Malzanteil, Marmelade, Obst, Gemüse, Müsli und Milch an. Ergänzt wird das Angebot z.B. durch Joghurt, einmal wöchentlich mit Honig und Nußcreme. Am Freitag gibt es zusätzlich Kuchen.

Begleitung der Mahlzeiten durch pädagogische Fachkräfte und Elternhaus

Jede Mahlzeit wird von pädagogischen Fachkräften begleitet, die den Kindern bei Bedarf selbstverständlich behilflich sind.

Kinder erlangen ihre Essgewohnheiten durch Imitationsverhalten von Vorbildern. Deshalb ist uns die Vorbildwirkung der pädagogischen Fachkräfte ebenso maßgeblich, wie eine vollwertige Speisenauswahl zu allen Mahlzeiten.

Besonders die Eltern sind wichtige Vorbilder, von denen die Kinder vieles übernehmen. Die Familie legt die Basis für eine ausgewogene Ernährung.

Im Rahmen der Erziehungspartnerschaft mit den Eltern fördern wir gemeinsam einen gesunden Lebensstil und regen zur Bildung von Alltagskompetenzen an.

Besondere Verpflegungssituationen

Umgang mit Süßigkeiten

Die meisten Kinder naschen und trinken gern süße Getränke. Gegen eine geringe Menge Süßigkeiten ist nichts einzuwenden. Diese wird in der Regel außerhalb der Kita, z.B. im Elternhaus, gegessen. Wenn manche Kinder Süßigkeiten von zu Hause mitbringen und andere nicht, kann es zu Neid, Streitigkeiten und/ oder Diebstählen kommen. Außerdem enthalten viele Süßigkeiten Inhaltsstoffe, die für einige Kinder gesundheitsgefährdend sind (z.B. Nüsse, Laktose, Zusatzstoffe).

Aus diesen Gründen haben wir die klare Regel definiert, dass Süßigkeiten nur zu besonderen Anlässen, z.B. Festen und Feiern, erlaubt sind. Gern kann nach Absprache zu diesen Anlässen auch frisches Obst und Gemüse mitgebracht werden. Die Eltern werden über bestehende Hygieneanforderungen informiert und beraten.

Wir verzichten auf ein süßes Mittagessen und bieten stattdessen süße Aufstriche an ausgewählten Wochentagen an.

Umgang mit Lebensmittelunverträglichkeiten

Für Kinder mit nachgewiesenen Lebensmittelunverträglichkeiten (ärztliches Attest) kann die Verpflegung gesondert schriftlich mit dem Essensanbieter vereinbart werden. Vorab werden die Möglichkeiten und Grenzen der Umsetzung der speziellen Versorgung mit den Eltern besprochen.

Kulturelle, religiöse und individuelle Essgewohnheiten

Religiöse und kulturelle Besonderheiten (wie z.B. der Verzicht auf Schweinefleisch) werden berücksichtigt und ein gleichwertiger Ersatz bereitgestellt.

Eine ausschließlich vegetarische Ernährung ist möglich. Zusätzlich zu Fleisch- und Fischgerichten wird eine vegetarische Alternative angeboten und im Speiseplan ausgewiesen.

Bei entsprechenden Anforderungen bzw. Ernährungsgewohnheiten kann der Essensanbieter von den Eltern angefragt werden.

Organisatorische Rahmenbedingungen

Essenszeiträume Krippe und Kindergarten:

Frühstück:	07.30 - 08.30 Uhr
Mittagessen:	10.30 - 13.00 Uhr
Vesper:	13.30 - 16.00 Uhr

Esskultur

Alle Mahlzeiten werden von den Kindern im Kinderrestaurant (im Sommer bei schönem Wetter auch mal im Garten) eingenommen. Wir verwenden vorrangig Porzellangeschirr und Gläser.

Wir achten täglich auf eine angenehme Raum- und Tischgestaltung. In unseren Kitas ist die Essensatmosphäre neben der Lebensqualität eine der prägenden Faktoren der Mahlzeiten. Für uns schafft eine ruhige und entspannte Stimmung unter anderem Raum für gemeinsame Tischgespräche, Genuss der Mahlzeiten und Informationsaustausch.

Die Kinder haben auch hier die Möglichkeit, soziale Kompetenzen wie Rücksichtnahme und Hilfsbereitschaft zu erlernen, zu verstetigen und anzuwenden.

Nach dem Essen räumen und wischen die Kinder die Tische ab, geben das Geschirr und die Essensreste weg.

Mittagessen

Allen Kindern wird mittags eine Warmmahlzeit angeboten. Der Speiseplan hängt in den Eingangsbereichen aus.

Qualitätssicherung

Um eine kontinuierliche Qualität der Speisen und Getränke zur Zufriedenheit der Kinder und Eltern dauerhaft zu gewährleisten, arbeiten Kita und Essensanbieter vertrauensvoll und

partnerschaftlich eng zusammen, dazu werden regelmäßige Rücksprachen mit festen Ansprechpartner*innen durchgeführt.

Die Essenversorgung erfolgt nach den Grundsätzen der altersgerechten gesunden Ernährung und Qualitätsstandards für die Schul- und Kitaverpflegung.

Es stehen Getränke zur täglichen Verfügung, je nach Bedarf und in Absprache mit der Einrichtung bereit (ungesüßte Kräuter- oder Früchtetee, Milch)

Es werden überwiegend frische Produkte der Saison und aus der Region verwendet ohne zusätzliche Komponenten wie Geschmacksverstärker, Zuckerersatzstoffe oder künstliche Farbstoffe.

Die Essenpläne werden auf der Grundlage der Empfehlungen der deutschen Gesellschaft für Ernährung und deren Qualitätsstandards erstellt und sichern ein vollwertiges und abwechslungsreiches Essen ab. Anregungen von Kindern, Eltern und pädagogischen Fachkräften werden bei der Erstellung der Speisepläne berücksichtigt.