

1. Rahmenbedingungen

In unserer Einrichtung gibt es drei Gruppen, zwei Elementar- und eine Krippengruppe. In die Elementargruppen gehen jeweils 20 Kinder im Alter von 3 bis 6 Jahren. Die Krippe betreut 10 Kinder im Alter von 1 bis 3 Jahren.

Bei der Zubereitung der Mahlzeiten orientieren wir uns an den entwicklungsphysiologischen Grundlagen der Altersgruppen und deren motorischen Fähigkeiten bei der Nahrungsaufnahme sowie an den Bedürfnissen des Einzelnen.

Die Grundlage für die Erstellung des Speiseplanes und der einzelnen Mahlzeiten bilden die Aussagen der DGE, das regional/ saisonale Angebot an Lebensmitteln sowie an möglichen Besonderheiten bzgl. Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Nationalitäten und/oder Ernährungsgewohnheiten (Vegetarier).

Vegane Kost bieten wir nicht an, da diese Form der Ernährung für Kinder nicht empfohlen wird.

Es gibt eine große Küche in der von zwei Hauswirtschaftskräften täglich zwei Mahlzeiten zubereitet werden, Frühstück und Mittagessen. Die Schmausepause, als Nachmittagssnack, bereiten die Mitarbeiter*innen vor.

2. Die Qualität der Lebensmittel / Lebensmittelauswahl

Den Kindern in unserer Kita bieten wir täglich 3 Mahlzeiten an: Frühstück, Mittagessen und die "Schmausepause" (Nachmittagssnack). Unsere Mahlzeiten orientieren sich an den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) e.V. (siehe Anhang). Auf frische und regionale Lebensmittel legen wir besonderen Wert und lassen uns zweimal wöchentlich beliefern. Fleisch und Fisch werden direkt beim Fachhändler bestellt und abgeholt. Weitere Details können Sie gerne bei uns erfragen.

Getränke:

Wasser löscht den Durst der Kinder am besten und enthält keine Kalorien. In unserer Kita bieten wir den Kindern deshalb ausschließlich Mineralwasser (still und kohlenensäurehaltig) und ungesüßten Tee an.

Die Getränke sind den Kindern jederzeit frei zugänglich. In jeder Gruppe gibt es eine Getränkebar.

Milch ist kein Getränk. Beim Frühstück wird sie den Kindern zusätzlich zum Wasser als Trinkmilch oder in Form eines Milchproduktes angeboten.

Umgang mit Süßem:

Besonders süße oder salzige (und dann gleichzeitig fettige) Snacks sind grundsätzlich nicht verboten, sollten aber am Tag nur einen kleinen Anteil der Energie liefern (eine kleine Handvoll). In unserer Kita möchten wir auf Süßigkeiten verzichten! Ausgenommen davon sind besondere Anlässe, wie zum Beispiel der Geburtstag eines Kindes.

Zu Sommerfesten danken wir den Eltern über einen Beitrag zum Büffet. Dafür hängen wir in der Kita eine Liste aus. Ein Merkblatt zu der Auswahl von geeigneten Speisen hängt diesem Konzept an.

Entsprechend unseres Angebotes an Betreuungszeiten haben wir uns dazu entschieden, dass alle Kinder an den Mahlzeiten teilnehmen. Die Kinder verbringen durchgehend max. 9 Stunden in unserer Einrichtung und sollen deshalb die Möglichkeit der Vollverpflegung nutzen können. Regelmäßige Abfragen unter den Sorgeberechtigten zeigt den Bedarf und die Nachhaltigkeit des gemeinsamen Einnehmens der Mahlzeiten in den Gruppen.

Alle Mahlzeiten werden frisch zubereitet, nicht aufgewärmt oder warmgehalten, sondern verlassen direkt die Küche nach Fertigstellung. Nährstoffschonende Garmethoden werden angewandt.

3. Unsere Mahlzeiten:

Für Kinder im Kindergartenalter sind 5 Mahlzeiten pro Tag empfohlen: Frühstück, Mittagessen und Abendessen sind die 3 Hauptmahlzeiten und liefern den Großteil der Energie und Nährstoffe. Ergänzt werden sie durch 2 Zwischenmahlzeiten, jeweils eine am Vormittag und am Nachmittag.

Ihre Kinder bekommen bei uns 3 der 5 Mahlzeiten: Das Frühstück, das Mittagessen und die Nachmittagszwischenmahlzeit, bei uns "Schmausepause" genannt. Frühstück und Mittagessen sind jeweils eine vollwertige Hauptmahlzeit. Dies wird sowohl den Kindern gerecht, die vor dem Kindergarten zu Hause nicht frühstücken, als auch denen, die bereits gefrühstückt haben und dann aus dem Angebot nur noch eine Kleinigkeit auswählen.

Frühstück

An allen Tagen bieten wir den Kindern ein ausgewogenes Frühstück an, das den Empfehlungen der DGE für eine kalte Hauptmahlzeit entspricht, das heißt jedes Kind bekommt immer ein Milchprodukt (Trinkmilch, Joghurt, Kräuterquark,..), eine Portion Obst oder Gemüse und ein Getreideprodukt (Brot, Müsli,..). Montag und Mittwoch sind unsere Müsli-Tage. Hier können sich die Kinder an einem kleinen Büffet ihr Müsli selbst zusammenstellen. Wir achten bei der Auswahl der Müslikomponenten auf einen geringen Zuckergehalt. Dazu gibt es Milch oder Joghurt. Am Dienstag und Donnerstag gibt es Vollkornbrot mit einer Auswahl von Aufschnitt oder Aufstrichen. Bei der Auswahl von Aufschnitt und Aufstrichen achten wir auf einen moderaten Fettgehalt. Am Freitag ist der Brötchen-Tag.

Da die Gruppen aus dem Morgenkreis heraus ins Frühstück gehen und in ihren Gruppen gemeinsam die Mahlzeit einnehmen, ist es wichtig, die Bringzeit bis 8.30 Uhr einzuhalten, um so eine ruhige und ausgeglichene Atmosphäre zu schaffen.

Mittagessen

Auch beim Mittagessen sind die jeweiligen Gruppen unter sich, um eine entspannte Essatmosphäre zu gewährleisten. Eine Abgrenzung zum vorherigen Spielbetrieb schaffen wir durch das gemeinsame Aufräumen, Händewaschen, Tischdecken und das Tischgebet. Mittagessen gibt es bei uns in der Regel zwischen 11:30 und 12:00 Uhr.

Die Mittagsgesichte werden so geplant, dass es jede Woche an einem Tag ein Fleischgericht, an einem ein Fischgericht, an 3 Tagen eine vegetarische Speise, mindestens einmal Suppe oder Eintopf und mindestens einmal ein Hülsenfrüchte-Gericht gibt. Einen Nachtisch gibt es einmal pro Woche, meist an dem Suppentag.

Wir teilen den Kindern über einen Essenplan (mit Fotos) mit, was angeboten wird. Inhaltlich wiederholen sich die Angebote innerhalb eines Zeitfensters von 6 Wochen. Die Einteilung der Wochentage ist ebenfalls eine feste Konstante. Das gibt den Kindern Sicherheit und erhöht den Wiedererkennungswert. Oft werden Speisen dann doch probiert.

Die Eltern bekommen ihre Infos über einen ausgehängten Wochenplan. Beide Aushänge befinden sich im Eingangsbereich der Kita.

Die Mitarbeiter*innen führen in ihrer Dokumentation eine Liste zu den einzelnen Allergenen. Dies können vom päd. Personal und von den Eltern zu jederzeit eingesehen werden.

Die Infos an die Mitarbeiter bzgl. der individuellen Besonderheiten bei der Ernährung der Kinder können Eltern bei dem Erstgespräch zur Aufnahme weitergeben.

"Schmausepause"

Bei der Schmausepause am Nachmittag bekommen die Kinder, entsprechend des jeweiligen Tagesangebotes beim Frühstück, ein kleines Angebot, wie z.B. einen halben Apfel, eine kleine Portion Müsli u.sw.. Die Schmausepause beginnt um 14.00 Uhr.

4. Umsetzung in der Gruppe

Wir nehmen die Mahlzeiten im Gruppenverband in den Gruppenräumen ein. Beginnen das Frühstück mit einem Kindergebet und das Mittagessen und die Schmausepause mit einem Tischspruch. Das/den Kinder dürfen jeweils aus einem Angebot auswählen.

Beim Frühstück werden die Lebensmittel auf einem Buffett angeboten und die Kinder wählen nach ihren Bedürfnissen aus.

Beim Mittagessen gibt es die einzelnen Komponenten in Thermoschüsseln auf dem Bufettisch. Die erste Runde teilen die Mitarbeiter für die Kinder aus. Dabei können die Kinder entscheiden, ob sie einen „Probierhappen“ der einzelnen Anteile haben möchte. Möchten die Kinder nachnehmen, können sie dies selbständig und am Bufettisch.

Während der Schmausepause stehen die einzelnen Lebensmittel auf dem Buffett oder auf dem Tisch, um den sich alle Kinder versammeln. Je nach Anzahl der Kinder, teilt das päd. Personal aus oder die Kinder können sich selbst nehmen.

Bei allen Mahlzeiten gibt es in den einzelnen Gruppen Tischregeln:

- wir beginnen gemeinsam und räumen gemeinsam ab
- wir unterhalten uns nur mit unseren Freunden am Tisch
- wir versuchen mit Messer und Gabel zu essen

- gewünscht ist, alles zu probieren, jedoch entscheiden darf jeder für sich
- wir lernen zu entscheiden, wie viel wir uns auf tun
- wir entsorgen Essen in den dafür vorgesehenen Behältern
- wir decken für uns selbständig den Tisch und räumen ihn ab
- wir helfen uns gegenseitig, beim Einschenken, beim Schneiden usw.
- wir laufen nicht mit Besteck oder vollem Mund durch den Raum, essen nur am Tisch
- wir benutzen unsere Trinkflaschen (diese stehen den Kindern während ihres gesamten Aufenthaltes in der Kita zur Verfügung)

Alle Mitarbeiter_innen nehmen an den Mahlzeiten teil. Sie haben eine Vorbildfunktion für die Kinder. Beim Angebot und bei der Umsetzung beachten wir die evtl. Lebensmittelunverträglichkeiten einzelner Kinder und die Nationalität. Wir nehmen Rücksicht auf verschiedene Essgewohnheiten (Vegetarier/ moslemische Kinder) und versuchen dem gerecht zu werden im Rahmen unserer Möglichkeiten. Aussagen dazu gibt es in unserer TBBO. Stellen wir fest, dass wir den Bedürfnissen nicht ausreichend entgegenkommen können, dann halten wir Rücksprache mit den Eltern und der Kitaleitung über mögliche Alternativen.

4. Hygiene

Alle Mitarbeiter_innen erhalten bei ihrer Einstellung eine Biostoffbelehrung. Durchgeführt durch den BAD. Diese wird alle zwei Jahre aufgefrischt.

Unsere Mitarbeiter_innen im hauswirtschaftlichen Bereich halten sich bei der Zubereitung an die umfangreichen Personal- und Lebensmittelhygienevorschriften. Dokumentationen dazu werden regelmäßig geführt und sind einsehbar (siehe Anhang).

Aufgrund der hohen Infektionsgefahr werden bei uns keine rohen tierischen Lebensmittel angeboten. Alle Eierspeisen sind durchgebacken oder durchgegart.

Beim Angebot in den Gruppen achten wir darauf, dass die Behälter mit den Speisen verschlossen oder abgedeckt sind.

Vor allen Mahlzeiten gehen die Kinder ihre Hände waschen.

Alle Mitarbeiter_innen werden diesbezüglich regelmäßig geschult und belehrt.

5. Besonderheiten im U3 Bereich

Das Alter bei Aufnahme der Kinder in die Krippe beträgt mindestens 1 Jahr. Die meisten unserer Kinder aus der Krippe bekommen zu den Mahlzeiten das gleiche Angebot, wie die Kinder im Elementarbereich.

Während der Eingewöhnung kann es vorkommen, dass Milch und Beikost für das Kind in der Kita angedacht ist.

Muttermilch oder Säuglingsmilchnahrung kann nur in hygienisch einwandfreiem Zustand angenommen werden. Dabei haben die Eltern die Aufrechterhaltung der Kühlkette sicherzustellen.

Säuglingsmilch ist in Form von Pulver mitzubringen. Die Flasche wird dann kurz vor dem Verzehr frisch zubereitet.

6. Partizipation

Regional und saisonales Angebot an Lebensmitteln für unsere Kinder ist uns wichtig. Sie lernen die Lebensmittel als solches kennen, wie sie im Urzustand riechen, aussehen, sich anfühlen und schmecken. Lernen die Wege der Verarbeitung kennen und sehen, was man alles daraus machen kann. So entwickeln sie eigene Vorlieben und Geschmäcker. Entdecken andere Möglichkeiten der Ernährung, als sie sie vielleicht von zu Hause kennen. Eine regelmäßige und abwechslungsreiche Versorgung wird sichergestellt. Gemeinsam in der Gruppe die Mahlzeiten einzunehmen motiviert und macht Spaß. Wir versuchen dadurch ebenfalls Eßstörungen vorzubeugen oder Kinder in ihrem Essverhalten aufzufangen und positiv zu bestärken.

So weit es möglich ist besuchen wir mit den Kindern die Herstellerbetriebe und schauen, woher kommt z.B. das Ei oder die Milch.

Welchen Weg geht ein Brot bevor es bei uns auf dem Tisch landet?!

Lernen durch Erfahren und Ausprobieren. Dazu zählen bei uns die Projekte in den Gruppen z.B. zum Backen, Kochen, Herstellung von Käse usw.

Auch den Einkauf für ihre Projekte meistern die Gruppen selbst, um zu sehen, woher bekomme ich die Zutaten, wie bezahle ich und welche Methoden wende ich an, um an mein Ziel zu gelangen.

Unterschiedliche Nationalitäten finden ihren Platz im Speiseplan mit ihren eigenen Lebensmitteln und Essgewohnheiten/Traditionen.

Die Kinder dürfen sich Mahlzeiten wünschen und werden auch mit bei der Speiseplangestaltung einbezogen.

Durch das Nutzen regionaler Versorger, leisten wir einen aktiven Beitrag zu deren Unterstützung.

Für die gesamte Versorgung der Kinder zahlen die Eltern einen monatlichen Beitrag von 40€ und 3€ Getränkegeld. Eltern mit geringerem Einkommen erhalten eine Förderung durch die Kielkarte. Die Kommune übernimmt die Kosten für diese Kinder komplett.

7. Haftungsausschluss

Das pädagogische Personal und die Hauswirtschaftskräfte übernehmen keine Haftung/Verantwortung für gesundheitliche Schäden an einem Kind oder einem Kind der Gruppe, welche entstehen durch:

- mitgebrachte Speisen und Getränke zu Festen und Feierlichkeiten
- nicht bekannte Unverträglichkeiten, Allergien und chronische Erkrankungen
- mitgebrachte Muttermilch, Säuglingsnahrung und Beikost

