



Kindertageseinrichtung Bauspielplatz Trier-West

Verpflegungskonzept



*Caritasverband
Trier*

Stand: Juni 2023

Inhaltsverzeichnis

Einleitung.....	3
1. In der Küche.....	4
1.1. Frühstück (nur in Ferienzeiten).....	4
1.2. Mittagessen.....	5
1.3. Getränkeversorgung.....	6
1.4. Besondere Anforderungen.....	7
2. Am Esstisch.....	7
2.1. Gestaltung der Ess-Situationen.....	7
2.2. Ernährungsbildung: Geschmacksentwicklung, Lern- und Bildungsanlässe.....	8
2.3. Partizipation der Kinder an der Verpflegung.....	8
3. Zusammenarbeit mit den Eltern.....	9
3.1. Erziehungspartnerschaft rund um das Kita-Essen.....	9
3.2. Kommunikation zum Verpflegungskonzept.....	9
3.3. Anmeldegespräch.....	9
3.4. Kommunikation zum Speiseplan.....	9
3.5. Dialog mit den Eltern rund um die Ernährung.....	10
3.6. Elternveranstaltungen zum Thema Ernährung.....	10
3.7. Beteiligung von Eltern.....	10
4. Unser Team.....	10
4.1. Haltung des Kita-Teams zum Thema Essen und Trinken.....	10
4.2. Personalqualifikation.....	11
5. Hygiene.....	11
5.1. Rechtliche Bestimmungen zur Hygiene.....	11
5.2. Kennzeichnung von Allergenen und Zusatzstoffen.....	11
5.3. Hygiene bei pädagogischen Aktionen.....	12
5.4. Eltern bringen Speisen in die Kita mit.....	12
6. Qualitätssicherung.....	12
6.1. Beschwerdemanagement.....	13
7. Nachhaltigkeit der Kita-Verpflegung.....	13

Einleitung

*„Es warten alle auf dich,
dass du ihnen Speise gebest zur rechten Zeit.“*

Quelle: Altes Testament, Der Psalter (#Ps 104.27)

Die Ernährung hat einen hohen, wenn nicht sogar den höchsten Stellenwert in unserem Leben. Die Aufnahme von Nahrungsmitteln ist als stetige Antriebsquelle für unseren menschlichen Organismus essentiell. Ihre Quantität und vor allem Qualität trägt schon früh zu Gesunderhaltung unseres Körpers bei und gute Ernährung kann dabei über die spätere Gesundheit entscheiden.

Wir sind es mittlerweile gewohnt, andauernd alle Arten von Lebensmitteln ständig verfügbar zu haben. Selten nur noch wird dieses stetige Angebot durch eine regionale oder saisonale Verfügbarkeit eingeschränkt. Und auch der Preis ist nur noch in Ausnahmefällen ein Ausschlusskriterium. Dieses Überangebot an Nahrungsmitteln erhöht den Anspruch an unser eigenverantwortliches Handeln, hier das richtige Maß für den wahren Bedarf unseres Körpers zu finden. Die Schulung dieser eigenen Wahrnehmung für das richtige Maß beginnt bereits im frühen Kindesalter.

Die Veränderung des familiären Zusammenlebens in den vergangenen Jahrzehnten hat starken Einfluss auf die Tagesstrukturen der Kinder und Jugendlichen. Hierdurch rückt das Thema Ernährungsbildung und Ernährungserziehung für die öffentlichen Bildungseinrichtungen immer mehr in den Fokus. Eine ganztägige Betreuung außerhalb des Elternhauses wird zur Normalität. Die Ernährung findet in Schule und Horten statt. Das öffentliche Bildungswesen trägt Mitverantwortung für die gesunde, körperliche Entwicklung von Kindern und Jugendlichen durch Nahrung.

Die Neugierde der Kinder für ihnen unbekannte Lebensmittel zu wecken, das Hintergrundwissen für eine gesunde Ernährung aufzubauen und die sozialen Aspekte einer gemeinschaftlich eingenommenen Mahlzeit zu vermitteln, ist dabei, neben der täglichen Bereitung einer warmen Mahlzeit, ebenso Aufgabe der öffentlichen Schulen und Horten geworden. Diese warme Mahlzeit wird in unserem Haus nach den anerkannten Standards der Ernährungsphysiologie zusammengestellt und unter Beachtung der aktuellen Hygienerichtlinien hergestellt.

Das im folgenden dargestellte Verpflegungskonzept soll zur Festlegung der Anforderungen an unser Speisenangebot, mit dem Ziel eine ausgewogene und gesundheitsfördernde Mahlzeit anzubieten, dienen. Darüber hinaus werden die sozialen Aspekte und Werte der Gemeinschaft dargestellt, die es aus pädagogischer Sicht während der Mahlzeit zu beachten oder zu vermitteln gilt.

1. In der Küche

1.1. Frühstück (nur in Ferienzeiten)

Das gemeinsame Frühstück, als erste Mahlzeit des Tages, wird in unserem Haus nur in den Ferienzeiten angeboten. Hierbei ist es uns bei der Auswahl und dem Angebot der Nahrungsmittel wichtig, dass wir auf ein ausgewogenes Frühstück achten. Wir orientieren uns dabei am DGE Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen (vgl. Lebensmittelqualitäten und –häufigkeiten für ein gesundheitsförderndes und nachhaltiges Verpflegungsangebot an fünf Verpflegungstagen nach dem DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen (Stand 2022, S. 38-39))

Lebensmittelqualitäten – die optimale Auswahl	Mischkost	Ovo-lacto-vegetarische Kost	Lebensmittelgruppen
Vollkornprodukte, Pseudogetreide, Müsli ohne Zucker und Süßungsmittel	P: ca. 450g, S: ca. 500 –700 g <i>davon mind. die Hälfte des täglichen Angebots aus Vollkornprodukten</i>	P: ca. 450g, S: ca. 500 –700 g <i>davon mind. die Hälfte des täglichen Angebots aus Vollkornprodukten</i>	Getreide, Getreideprodukte, Kartoffeln
Gemüse frisch oder tiefgekühlt, Hülsenfrüchte und Salat	mind. 5 x (1 x täglich) P: ca. 500 g, S: ca. 550 –750g <i>davon mind. 3 x als Rohkost</i>	mind. 5 x (1 x täglich) P: ca. 500 g, S: ca. 550 –750g <i>davon mind. 3 x als Rohkost</i>	Gemüse und Salat
Obst ohne Zucker und Süßungsmittel Nüsse (ungesalzen) oder Ölsaaten	10 x (2 x täglich) P: ca. 900g, S: ca. 1000–1200g davon: mind. 2 x als Nüsse oder Ölsaaten P: ca. 25g, S: ca. 50 –60g	10 x (2 x täglich) P: ca. 900g, S: ca. 1000–1200g davon: mind. 2 x als Nüsse oder Ölsaaten P: ca. 25g, S: ca. 50 –60g	Obst
Milch, Naturjoghurt, Buttermilch, Dickmilch, Kefir (max. 3,8% Fett absolut) Speisequark max. 5 % absolut (jeweils ohne Zucker und Süßungsmittel) Käse: max. 30 % Fett absolut	mind. 10x (mind. 2x täglich) P: ca. 1200g, S: ca. 1400–1600 g	mind. 10x (mind. 2x täglich) P: ca. 1200g, S: ca. 1500–1700g	Milch und Milchprodukte
Fleisch- und Wurstwaren als Belag: max. 20% Fett	P: ca. 20 g, S: ca. 40 –50 g	entfällt bei einem ovo-lacto-vegetarischen Angebot	Fleisch, Wurst, Fisch¹ und Eier²
Rapsöl Lein-, Walnuss-, Soja-, Olivenöl Margarine aus oben genannten Ölen	Rapsöl ist Standardfett P: ca. 30 g, S: ca. 30 –50g	Rapsöl ist Standardfett P: ca. 30 g, S: ca. 30 –50g	Öle und Fette
Wasser Früchte-, Kräutertee jeweils ohne Zucker und Süßungsmittel	Getränke sind jederzeit verfügbar.	Getränke sind jederzeit verfügbar.	Getränke

Tab. 1: Empfehlungen der DGE für Frühstück und Zwischenmahlzeiten in Schulen

¹ Aufgrund der Verzehrgeohnheiten von Kindern und Jugendlichen in Deutschland wurde in den nährstoffoptimierten Speiseplänen für Frühstück und Zwischenverpflegung kein Fisch verwendet.

² Für Eier gibt es keine Empfehlung zur Verzehrmenge. In den nährstoffoptimierten Speiseplänen wurde für Frühstück und Zwischenmahlzeiten mit ca. 20–30g (Mischkost) bzw. 30–40 g Ei (ovo-lacto-vegetarische Kost) pro Woche gerechnet.

Unsere Lebensmittelauswahl für ein vollwertiges Frühstück besteht immer aus 4 Komponenten:

1. Getreide (z. B. Brot, Brötchen, Flocken)
2. Milch und Milchprodukte wie z. B. Joghurt, Quark, Käse

3. Gemüse- und/oder Obstrohkost
4. Wurstwaren und zuckerhaltige Brotaufstriche gehören nicht zur tägl. Auswahl und werden als Besonderheit behandelt.

Bei der Gestaltung der Frühstückssituation achten wir zunächst darauf, dass die Mahlzeit in einer vertrauten Umgebung, d.h. in der jeweiligen Gruppe des Kindes eingenommen wird. In unserem Haus befinden sich 8 Gruppen mit jeweils bis zu 12 Kindern, dabei wird jede Gruppe von einer pädagogischen Fachkraft betreut.

1.2. Mittagessen

Auch bei unserem täglichen Mittagsangebot orientieren wir uns an den Empfehlungen der DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in Schulen.

Bei der Speiseplanung achten wir besonders auf das tägliche Angebot von Gemüse, roh oder zubereitet, auf Vollkornprodukte bei Nudeln, Reis und Backwaren, auf das Angebot von Hülsenfrüchten wie Linsen, Kichererbsen oder Bohnen und auf die gesunde Auswahl von Ölen.

Wir verzichten bei den Mittagsmahlzeiten weitgehend auf das Angebot von Schweinefleisch. Nach den Empfehlungen der DGE für fünf Verpflegungstage sieht unsere Speiseplanung vor:

- maximal 1-mal Fleisch/Wurst (davon mind. 2-mal mageres Muskelfleisch innerhalb von 20 Verpflegungstagen (z. B. Putenbrust, Hähnchenschnitzel, Rinderbraten))
- täglich Gemüse
- 2x Rohkost
- 3x gegartes Gemüse

Wir respektieren religiös und ethisch begründete Ernährungsweisen und berücksichtigen diese im Rahmen unserer Möglichkeiten. Wir bieten Kindern, die aus kulturellen oder religiösen Gründen auf bestimmte Fleischsorten verzichten (z. B. Schweinefleisch, Schweinefleischprodukte), in Absprache mit den Eltern eine vegetarische Alternative an. Dabei wird die Tierart im jeweiligen Gericht auf dem Speiseplan und bei der Essensausgabe eindeutig mit Hilfe von Symbolen gekennzeichnet. Der weitestgehende Verzicht auf Wurstwaren und Schweinefleisch folgt dabei der Zusammensetzung der Kinder und Jugendlichen in unserer Einrichtung. Bei uns spielen und lernen Menschen aus verschiedenen Kulturen miteinander. Aufgrund der Begrenztheit von Möglichkeiten in unserer Küche können nicht alle individuelle kulturbedingten Wünsche jederzeit erfüllt werden, das Mitbringen eigener Speisen von zu Hause ist z. B. aus hygienischen Gründen nicht möglich.

Die Zubereitung und die Warmhaltezeiten wirken sich auf den Nährstoffgehalt und die sensorische Qualität der Mahlzeiten aus. Wir achten auf die Einhaltung einer Warmhaltezeit von unter drei Stunden. Wir kontrollieren die Temperatur bei Ausgabe des Essens, die mindestens 65 °C betragen muss. Die Kaltspeisen werden während der Ausgabezeiten gekühlt. Wir kochen das Mittagessen für die Kinder in unserer Kita-Küche jeden Tag frisch (Frisch-/Mischküche). Dafür setzen wir möglichst frische und unverarbeitete Rohwaren ein. Es kommen auch vereinzelt Halbfabrikate und Fertigerzeugnisse zum Einsatz. Für die Herstellung und Ausgabe der Speisen ist ausreichend Fachpersonal in der Einrichtung. Um den Kindern anregende, lebensmitteltypische Sinneseindrücke beim Essen zu vermitteln, präsentieren wir die Speisen appetitanregend. Die Komponenten haben einen typischen Geschmack und ihre Konsistenz bewahrt, sie sind außerdem mit Kräutern und Gewürzen abwechslungsreich abgeschmeckt.

Die Empfehlungen der DGE zum Mittagessen in Schulen beinhaltet die nachfolgend aufgeführten Lebensmittelhäufigkeiten über fünf Verpflegungstage als Orientierungswerte pro Schüler*in jeweils für Primarstufe und Sekundarstufe:

Lebensmittelqualitäten – die optimale Auswahl			Lebensmittelgruppen
	Mischkost	Ovo-lacto-vegetarische Kost	
Vollkornprodukte, Kartoffeln roh oder vorgegart, Parboiled Reis oder Naturreis	5x (1 x täglich) P: ca. 600 g, S: ca. 650–800 g › davon: mind. 1 x Vollkornprodukte max. 1x Kartoffelerzeugnisse	5x (1 x täglich) P: ca. 600 g, S: 650–800 g › davon: mind. 1 x Vollkornprodukte max. 1 x Kartoffelerzeugnisse	Getreide, Getreideprodukte, Kartoffeln
Gemüse frisch oder tiefgekühlt, Hülsenfrüchte und Salat	5x (1 x täglich) P: ca. 800 g, S: ca. 900–1200 g › davon: mind. 2 x als Rohkost mind. 1 x Hülsenfrüchte P: ca. 80 g, S: ca. 100–120 g	5x (1 x täglich) P: ca. 900 g, S: ca. 1000–1400 g › davon: mind. 2 x als Rohkost mind. 1 x Hülsenfrüchte P: ca. 140 g, S: ca. 150–200 g	Gemüse und Salat
Obst Nüsse (ungesalzen) oder Ölsaaten	mind. 2x P: ca. 150 g, S: ca. 150–200 g › davon: mind. 1 x als Stückobst	mind. 2x P: ca. 150 g, S: ca. 150–200 g › davon: mind. 1 x als Stückobst mind. 1 x als Nüsse oder Ölsaaten P: ca. 25 g, S: ca. 25–30 g	Obst
Milch, Naturjoghurt, Buttermilch, Dickmilch, Kefir: max. 3,8% Fett absolut Speisequark: max. 5% absolut (jeweils ohne Zucker und Süßungsmittel) Käse: max. 30% Fett absolut	mind. 2x P: ca. 200 g, S: ca. 200–300 g	mind. 2x P: ca. 200 g, S: ca. 200–300 g	Milch und Milchprodukte
mageres Muskelfleisch	max. 1x Fleisch/Wurstwaren P: ca. 60 g, S: ca. 70–90 g › davon: mind. 2 x mageres Muskelfleisch innerhalb von 20 Verpflegungstagen 1x Fisch P: ca. 45 g, S: ca. 50–70 g › davon: mind. 2 x fettreicher Fisch innerhalb von 20 Verpflegungstagen	entfällt bei einem ovo-lacto-vegetarischen Angebot ³	Fleisch, Wurst, Fisch und Eier³
Rapsöl Lein-, Walnuss-, Soja-, Olivenöl Margarine aus oben genannten Ölen	Rapsöl ist Standardfett P: ca. 30 g, S: ca. 30–40 g	Rapsöl ist Standardfett P: ca. 30 g, S: ca. 30–40 g	Öle und Fette
Wasser Früchte-, Kräutertee jeweils ohne Zucker und Süßungsmittel	Getränke sind jederzeit verfügbar.	Getränke sind jederzeit verfügbar.	Getränke

Tab. 2: Lebensmittelqualitäten und –häufigkeiten für ein gesundheitsförderndes und nachhaltiges Mittagessen an fünf Verpflegungstagen nach dem DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen (Stand 2022, S. 40-41)

³ Für Eier gibt es keine Empfehlung zur Verzehrmenge. In den nährstoffoptimierten Speiseplänen wurde für das Mittagessen mit 20–30 g (Mischkost) bzw. 40–50 g Ei (ovo-lacto-vegetarische Kost) pro Woche gerechnet.

Auch am Nachmittag reichen wir einen Snack aus frischem, geschnittenen und saisonales Obst und/oder Gemüse, ergänzend kann es dazu Quark, Joghurt oder einen Dip geben.

1.3. Getränkeversorgung

Die Kinder haben jederzeit die Möglichkeit etwas zu trinken. Wir bieten ihnen täglich aufgesprudeltes Leitungswasser und häufig ungesüßte Kräuter- und Früchtetees an. Dabei wird die Teesorte des Öfteren gewechselt, so dass die Kinder verschiedene Geschmacksrichtungen kennen lernen können.

In allen Gruppen stehen Trinkstationen zur Verfügung. Jedes Kind hat einen mit seinem Namen und/oder Foto gekennzeichneten Trinkbecher und kann sich selbst eingießen. Dadurch fördern wir die Selbstständigkeit. Falls nötig, werden sie dabei von den pädagogischen Kräften unterstützt. Die Erzieher/-innen bieten den Kindern wiederholt aktiv Getränke an, insbesondere bei hohen Temperaturen und viel Bewegung im Außengelände.

1.4. Besondere Anforderungen

Bei besonderen Anforderungen wie einer Lebensmittelallergie oder – Unverträglichkeit können wir nach Absprache in Ausnahmefällen ein mitgebrachtes Mittagessen bereitstellen. Für den Nachweis einer Lebensmittelallergie oder – Unverträglichkeit bitten wir die Eltern, uns ein ärztliches Attest vorzulegen.

Auch der Umgang mit Süßigkeiten ist ein nicht zu unterschätzender Faktor in einer Kindertagesstätte. Süßigkeiten gibt es demnach in unserem Haus nur zu besonderen Anlässen, wie z. B. zu Geburtstagen von Kindern, Karneval 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 Kinder mit Allergien geeignet ist und weniger Zucker enthält. Beim Mittagstisch beachten wir die Fastenzeit. Beim Mittagstisch werden nur einmal wöchentlich Süßspeisen angeboten.

Mit regelmäßigen Festen für alle Kinder, Eltern und Mitarbeiter/-innen in der Kindertagesstätte wollen wir die sozialen Kontakte untereinander stärken und auch Möglichkeiten zum Austausch bieten. Unser pädagogisches Team berät mit dem Elternausschuss, welche Speisenangebote es geben soll und inwieweit süße und herzhafte Speisen auch mit Rücksicht auf Allergien oder kulturelle Aspekte ausgewählt werden. Die Organisation von Sommerfesten oder Festen zu Feiertagen liegt bei den Eltern und wird mit der Kita-Leitung abgesprochen. Für mitgebrachte Speisen gelten die Vorgaben zur Hygiene unter dem Punkt 5.4 „Eltern bringen Speisen in die Kita mit“.

2. Am Esstisch

2.1. Gestaltung der Ess-Situationen

In unserer Kindertagesstätte sind folgende Zeiten für die verschiedenen Mahlzeiten festgelegt:

Frühstück in den Ferien	von 09:00 bis 10:00 Uhr
Mittagstisch	12:15 Uhr bis 13:45 Uhr
Nachmittagsnack	flexibel in den Gruppen

Dabei werden die Mahlzeiten in einem gesonderten Essraum eingenommen in dem die Kinder in Tischgruppen zusammensitzen. Die Tische werden ansprechend gestaltet, entsprechend der Jahreszeiten. Jedes Kind hat ausreichend Platz zum Essen und es steht entsprechend ausreichend geeignetes Mobiliar und Geschirr stehen im Mahlzeitenraum zur Verfügung.

Während der Mahlzeiten ist uns die Gestaltung einer angenehmen Atmosphäre sehr wichtig. Hierzu werden durch die pädagogischen Fachkräfte angenehme Gespräche angeleitet und forciert. Der Aspekt der gemeinschaftlichen Zeit während der Einnahme der Mahlzeiten als Wert, wird somit gefördert und als etwas Schönes erlebt. Durch die Begleitung aller Mahlzeiten mit unserem pädagogischen Personal, lernen die Kinder Lebensmittel kennen und können den angemessenen Umgang am Tisch inkl. der Nutzung des Besteckes und der Körperhaltung erlernen.

Dabei regen wir die Kinder auch an, ihnen unbekannte Lebensmittel und Gerichte kennenzulernen und zu probieren. Die Anregung zum Probieren neuer Lebensmittel und

Gerichte erfolgt immer wieder. Dabei ist die Fachkraft selbst ein Vorbild und isst entsprechend einen sogenannten „pädagogischen Happen“. Grundsätzlich tolerieren und berücksichtigen wir Abneigungen gegenüber Speisen.

Die Mahlzeiten an sich werden 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. 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.

2.2. Ernährungsbildung: Geschmacksentwicklung, Lern- und Bildungsanlässe

Jede Mahlzeit bietet Kindern und pädagogischen Fachkräften die Gelegenheit, über Lebensmittel, deren Herkunft und Zubereitungsmöglichkeiten zu sprechen. Themen wie "Mein Lieblingessen" zeigen den Kindern, dass der Geschmack und die Vorlieben verschieden sind und dass auf der Welt unterschiedlich sowie Unterschiedliches gegessen wird. Im Verlauf des Kita-Jahres bieten wir für die Kinder verschiedene Aktionen und Projekte zum Thema Ernährung an. Beispielsweise werden durch das pädagogische Personal Weckmänner oder Osternecker, Plätzchen, Muffins, Gemüsesuppe zum Erntedankfest gebacken. Die Kinder sind werden auch regelmäßig zu Einkäufen mitgenommen. Hier lernen sie verschiedene Lebensmittel kennen und helfen beim Einkauf, z. B. für den Snack am Nachmittag. Für die Einkäufe werden Kleingruppen von 2 bis 3 Kindern ausgewählt. Gemeinsam mit den Kindern wird vorab eine Einkaufsliste erstellt und besprochen. In unserer Einrichtung findet in Kooperation mit unserer Kita-Sozialarbeiterin monatlich ein Koch- und Ernährungskurs für interessierte Eltern mit ihren Kindern der Kindertagesstätte statt.

2.3. Partizipation der Kinder an der Verpflegung

Die Kinder bekommen bei jeder Essenssituation die Möglichkeit selbst über die Portionsgröße zu bestimmen. Hierbei werden jederzeit ihre individuellen Vorlieben und Geschmäcker berücksichtigt. Dabei regen wir die Kinder trotzdem darüber hinaus auch dazu an ihnen unbekannte Lebensmittel zu probieren und so ihre Geschmackswelt zu erweitern. Dieses Ausprobieren findet vollkommen ohne Zwang und Druck statt. Jedes Kind entscheidet selbst darüber was und wie viel es essen möchte. Die Kinder haben jederzeit die Möglichkeit den Speiseplan einzusehen. Diesen können sie außerdem durch Essens-Wunschzettel aktiv mitgestalten. Desweiteren haben sie durch das Kinderparlament und unser Feedbackmanagement die Möglichkeit ihre individuelle Meinung bezüglich des Mittagstisches, des Speiseplans und der Essensregeln zu äußern.

Die Kinder werden regelmäßig eingeladen und ermutigt, bei der Vor- und Zubereitung der Snacks mitzumachen und dabei auch mitzuentcheiden, was angeboten wird. Beispielsweise schneiden sie Obst und Gemüse für den Nachmittagsnack oder bereiten eine Quarkspeise als Nachtisch zu. Sie werden dabei ermuntert, viel Gemüse, Obst oder Vollkornprodukte zu verwenden, damit die Verpflegung insgesamt ausgewogen bleibt.

Die Tischregeln erarbeiten wir gemeinsam mit den Kindern in den Gruppen. Dazu sammeln wir mit den Kindern zunächst, welche Regeln sie in diesem Zusammenhang schon kennen und welche sie gut oder nicht so gut finden. Als nächstes denken wir darüber nach, warum es eigentlich solche Regeln gibt und spielen ggf. an Beispielen durch, was passiert, wenn es

keine Regeln gäbe oder sich jemand nicht daranhält. Abschließend stellen wir in der Gruppe verbindliche Regeln für die Mahlzeit auf.

3. Zusammenarbeit mit den Eltern

3.1. Erziehungspartnerschaft rund um das Kita-Essen

Sowohl in der Familie als auch in unserer Kindertagesstätte werden die Kinder nachhaltig geprägt und sozialisiert. Unter Erziehungspartnerschaft verstehen wir eine gleichberechtigte Zusammenarbeit zwischen Eltern und pädagogischen Mitarbeitern/-innen. Die Bereiche Essen und Trinken sowie Ernährungsbildung gehören ganz wesentlich zu dieser Erziehungspartnerschaft dazu.

3.2. Kommunikation zum Verpflegungskonzept

Unser Verpflegungskonzept wird den Eltern vorgestellt und u.a. beim Anmeldegespräch erläutert. Dabei erfahren Eltern u.a.

- wie wir die Mahlzeiten pädagogisch gestalten,
- wie wir die Kinder einbeziehen,
- wer den Speiseplan erstellt,
- was wir uns für die Zusammenarbeit mit den Eltern wünschen,
- welche Aktionen zum Thema Ernährung wir anbieten und
- wie die Rahmenbedingungen rund um das Essen und Trinken in unserer Kita gestaltet sind.

Die Eltern können sich mit Fragen gerne an die jeweilige Gruppenleitung wenden. Darüber hinaus machen sich alle Mitarbeitenden der Kindertagesstätte mit dem Verpflegungskonzept vertraut. Alle zwei Jahre überprüfen wir unser Verpflegungskonzept, ob es unseren aktuellen Anforderungen sowie den rechtlichen Vorgaben entspricht.

3.3. Anmeldegespräch

Um unsere Arbeit und Werte transparent zu machen und um ein detailliertes Bild über die Ernährung und das Essen in den Familien der Kinder zu erhalten, ist das Thema Essen und Trinken ein wichtiger Teil des Anmeldegesprächs. Wir besprechen folgende Punkte und Fragen beim Anmelde- oder Aufnahmegespräch:

- Verpflegungskonzept Kita/Träger
- Rahmen und Wünsche bei der Zusammenarbeit mit Eltern zum Thema Ernährung bei uns
- Unser Verpflegungsangebot
- Besonderheiten der Ernährungssituation des Kindes

3.4. Kommunikation zum Speiseplan

Der Speiseplan wird für alle Eltern und Kinder zentral sichtbar in unserem Haus ausgehängt und regelmäßig aktualisiert. Der Speiseplan informiert über die kennzeichnungspflichtigen Allergene. So können Kinder, Eltern und pädagogische Fachkräfte jederzeit sehen, was es

geben wird bzw. gab.

Unseren aktuellen Speiseplan kommunizieren wir über unsere Internetseite und über Coocuun. Er steht dort zusätzlich als PDF zum Download zur Verfügung.

3.5. Dialog mit den Eltern rund um die Ernährung

Der Kontakt zu den Eltern ist uns als Kindertagesstätte sehr wichtig. Eltern vertrauen uns ihre Kinder an und legen damit einen Teil der Erziehung in die Hände der pädagogischen Fachkräfte. Daher

bieten wir den Eltern regelmäßig die Gelegenheit, ihre Fragen und Anliegen zur Sprache zu bringen bzw. in einen Austausch zu kommen. Das können beispielsweise sein:

- Spontane Tür- und Angelgespräche: Wir sind offen für Fragen, die kurzfristig auftreten.
- Regelmäßig verabredete Elterngespräche, um sich über den Entwicklungsstand des Kindes auszutauschen, ggf. neue Ziele zu vereinbaren und Absprachen zu treffen.

Auch Themen wie das Ess- und Trinkverhalten und die Fähigkeiten des Kindes (z. B. mit Besteck umzugehen, Tischregeln einzuhalten) gehören dazu.

3.6. Elternveranstaltungen zum Thema Ernährung

Im laufenden Kita-Jahr bieten wir regelmäßig Elternveranstaltungen auch zum Thema Essen und Trinken in unserem Haus, z. B. in Form eines Elternabends, Eltern-Kind Kochen (5x im Jahr) oder Elterncafés, an. Dabei greifen wir besonders häufige Fragen der Eltern zur Verpflegung auf und lassen uns dabei ggf. von externen Referent/-innen unterstützen. Einmal im Monat bieten wir ein Elterncafé immer in der Zeit zwischen 09:30 Uhr und 11:00 Uhr an. Neben lockeren Gesprächen können hier verschiedene Themen besprochen werden. Eltern können hier ihre Wünsche gerne äußern.

3.7. Beteiligung von Eltern

Der Elternausschuss/ Kitabearat vertritt die Interessen der Eltern gegenüber dem Träger und der Einrichtungsleitung und ist ein wichtiges Bindeglied zwischen pädagogischem Team und Elternschaft. Bei wichtigen Änderungen, z. B. die Mittagsverpflegung betreffend, wird der Elternausschuss einbezogen und informiert. Darüber hinaus werden Eltern persönlich und/oder per E-Mail regelmäßig informiert.

4. Unser Team

4.1. Haltung des Kita-Teams zum Thema Essen und Trinken

Alle unsere Mitarbeitenden verstehen sich als ein Team, unabhängig von ihrer beruflichen Qualifikation. Wir haben ein gemeinsames Verständnis von gesundheitsförderlicher Ernährung miteinander erarbeitet. Im Kita-Alltag tauschen sich pädagogische und hauswirtschaftliche Kräfte darüber aus, ob die Verpflegung von den Kindern akzeptiert wird und welchen Änderungsbedarf es gibt. Im Kita-Jahr nutzen wir Teamtage, um uns als gesamtes Team vertiefend über dieses Verständnis auszutauschen und uns über aktuelle wissenschaftliche Empfehlungen für die Verpflegung in einer Kindertagesstätte zu informieren. Außerdem planen wir unsere Projekte und Aktionen zur Ernährungsbildung gemeinsam.

Die positive Haltung der pädagogischen Fachkräfte gegenüber Essen und Verhalten am Tisch

bietet den Kindern Orientierung. Neben fachlicher Kompetenz gehört zur Professionalität einer pädagogischen Fachkraft die Fähigkeit, das eigene Handeln und Verhalten zu differenzieren und zu reflektieren. In professionellen Handlungszusammenhängen ist situationsbezogenes und fachlich begründetes Handeln gefragt. Zu einer professionellen Haltung gehört auch eine elektive Authentizität, d. h. nicht alle eigenen Gefühle, Vorlieben und Abneigungen an die Kinder weiterzugeben. Die Zuwendung zum Kind steht im Vordergrund. Im Bereich der Ernährung kann es schnell passieren, dass die eigenen Erfahrungen die Professionalität überlagern, so dass Alltagspraktiken und eigene Wertvorstellungen fachdidaktisches Wissen ersetzen. Die pädagogischen Kräfte sind sich ihrer Vorbildfunktion für die Entwicklung des Essverhaltens der Kinder bewusst. Daher nehmen sie eine professionelle Haltung ein, reflektieren ihre Essbiografie und halten ihre persönliche Meinung zu Lebensmitteln und Ernährungsformen zurück. Wir tauschen uns kollegial bei Fragen zur Ernährung aus.

4.2. Personalqualifikation

Die hauptverantwortliche Person für die Verpflegung in der Einrichtung informiert sich regelmäßig über die aktuellen Entwicklungen im Bereich der Kita- und Schulverpflegung. Des Weiteren besucht das Küchenpersonal jährlich eine Hygieneschulung mit Belehrung nach dem Infektionsschutzgesetz. Zusätzlich erfolgt für alle Kräfte in der Kindertagesstätte die obligatorische Hygienebelehrung.

5. Hygiene

5.1. Rechtliche Bestimmungen zur Hygiene

Durch das Verpflegungsangebot ist unsere Kindertagesstätte gleichzeitig auch ein Lebensmittelunternehmen und als solches bei der zuständigen Lebensmittelüberwachung gemeldet. Wir haben in einem gesonderten Hygienekonzept alle Hygienemaßnahmen festgehalten, die garantieren, dass wir hygienisch unbedenkliche Speisen an die Kinder ausgeben. Für die regelmäßige Kontrolle der Hygienemaßnahmen ist unser Koch, Herr Malte Heitmeyer, als Hygienebeauftragter zuständig.

5.2. Kennzeichnung von Allergenen und Zusatzstoffen

Für die Speisekomponenten übernimmt die Küche die Kennzeichnung nach Lebensmittelinformations-Verordnung. Alle Kindertagesstätten, die selber ergänzend kochen oder ein Frühstücksbuffet und einen Snack am Nachmittag anbieten, müssen die gesetzlichen Regelungen in Bezug auf die Allergen Kennzeichnung für diese Angebote selbstständig umsetzen. Ausgenommen von der Kennzeichnungspflicht sind Speisen von Eltern, die gelegentlich für ein Fest oder einen Geburtstag kochen oder backen und pädagogische Aktionen, bei denen Speisen mit den Kindern in der Gruppe zubereitet und verzehrt werden.

Die folgende Liste beinhaltet alle Allergene, die besonders häufig Lebensmittelallergien und Lebensmittelunverträglichkeiten auslösen und deshalb kennzeichnungspflichtig sind:

- Glutenhaltiges Getreide (d. h. namentlich zu benennen sind: Weizen, Roggen, Gerste, Hafer,
- Dinkel, Kamut oder deren Hybridstämme) sowie daraus hergestellte Erzeugnisse
- Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse
- Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse
- Fisch und daraus gewonnene Erzeugnisse
- Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse

- Soja und daraus gewonnene Erzeugnisse
- Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose)
- Schalenfrüchte (d.h. namentlich zu benennen: sind Mandel, Haselnuss, Walnuss, Kaschunuss oder Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamia- oder Queenslandnuss) sowie daraus hergestellte Erzeugnisse
- Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse
- Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse
- Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse
- Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als 10 mg/kg oder 10 mg/l
- Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse
- Weichtiere (wie Schnecken, Muscheln, Tintenfische) und daraus gewonnene Erzeugnisse

In der Küche ist eine Person als Verantwortliche für die Allergenkennzeichnung benannt. Die verantwortliche Person erstellt und aktualisiert Allergenkennzeichnung immer dann, wenn wir neue Rezepturen erstellen oder wir andere Lebensmittel als üblich kaufen, mindestens jedoch einmal pro Jahr. Dabei werden alle im Bereich der Verpflegung vorkommenden Allergene (außer die angelieferten Speisen) ermittelt und schriftlich festgehalten. Für selbst zubereitete Speisen kennzeichnen wir die Rezepturen inklusive ihrer enthaltenden Allergene. Für die Kennzeichnung von Zusatzstoffen verfahren wir analog zur Allergenkennzeichnung. Die verantwortliche Person für die Allergenkennzeichnung übernimmt diese Aufgabe und ergänzt die Zusatzstoffe. Die Allergenaufklärung ist für alle Mitarbeiter*innen und Eltern einsehbar.

5.3. Hygiene bei pädagogischen Aktionen

Das gemeinsame Zubereiten von kleinen Speisen wie z. B. Salate 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 leider nicht erlaubt und möglich.

5.4. Eltern bringen Speisen in die Kita mit

In der Regel verzichten wir auf das Mitbringen und Verzehren von mitgebrachten Speisen, welche von Eltern und Familienangehörigen zubereitet werden. Dies kommunizieren wir mit den Eltern und verweisen hierbei auf die geltenden Hygienebestimmungen. Zu besonderen Anlässen, wie beispielsweise den Geburtstagen von Kindern, können wir jedoch unsere Lernküchen nutzen. Hier können die Kinder mit Unterstützung des pädagogischen Personals eigenständig Speisen an Kochtagen oder zu besonderen Anlässen zubereiten. Hierbei haben die Kinder außerdem die Möglichkeit selbst zu entscheiden was gekocht werden soll, eignen sich hauswirtschaftliche Fertigkeiten an und werden im Umgang mit Lebensmitteln und deren Zubereitung geschult und gefördert.

6. Qualitätssicherung

Die Qualitätssicherung rund um die Ernährung ist ein großes Anliegen des gesamten Teams. Daher überprüfen wir alle zwei Jahre unser Verpflegungskonzept im Rahmen eines Teamtages und passen es ggf. entsprechend an. Im Alltag findet ein ständiger Austausch zu den Mahlzeiten zwischen der Küche und den Gruppen statt. So bekommt die Küche direktes Feedback, ob das Essen geschmeckt hat und es können Wünsche zu den Mahlzeiten

mitgeteilt werden. Darüber hinaus nimmt die Küche am wöchentlichen Gesamtteam teil und steht zu Beginn der Tagesordnung.

6.1. Beschwerdemanagement

Die Zufriedenheit mit der angebotenen Verpflegung aller liegt uns sehr am Herzen. Daher fragen wir diese regelmäßig ab. Beispielsweise sprechen wir mit den Kindern während der Mahlzeiten darüber, was und wie es ihnen schmeckt, tauschen uns im Team darüber aus und geben das Meinungsbild an die Küchenkräfte weiter.

Wir bitten alle Eltern, ihre Fragen, Anregungen und Kritik zur angebotenen Verpflegung zunächst mit ihrer Gruppenleitung zu besprechen. Die Gruppenleitungen informieren die Einrichtungsleitung darüber in Absprache mit dem Elternteil. Des Weiteren können die Eltern ihre Rückmeldungen zur Verpflegung auch vertraulich mit einer Notiz im "Kummerkasten" der Einrichtung mitteilen. Die Einrichtungsleitung oder eine von ihr beauftragte Person bearbeitet das Anliegen und kommt auf das Elternteil zu. Je nach Anliegen werden zusätzlich die Küchenkräfte, der Eltern sowie weitere Beteiligte einbezogen.

7. Nachhaltigkeit der Kita-Verpflegung

Wir achten beim Einkauf von Lebensmitteln und bei der Speiseplangestaltung auf die Auswahl von saisonalen und regionalen Produkten. Unsere Einrichtung bezieht, wenn möglich, bevorzugt Bio-Lebensmittel nach der EU-Öko-Verordnung und Produkte aus fairem Handel. Die Lebensmittel sollten umweltverträglich verpackt und bevorzugt gering behandelt oder verarbeitet sein. Wir achten bei der Speiseplanung auf überwiegend pflanzliche Lebensmittel gemäß den Empfehlungen der DGE. Wir achten darauf, dass nur gering verarbeitete Lebensmittel bei der Zubereitung des Mittagessens eingesetzt werden.

Das Thema Verpackungsmüll wird regelmäßig mit den Kindern in den Gruppen besprochen. Wir versuchen stets Lebensmittelreste und Speiseabfälle zu vermeiden, indem wir

- die zubereiteten Mengen nach Erfahrungswerten bemessen und anpassen
- auf die geeignete Portionierung in den Schüsseln für die Tischgruppen achten
- kindgerechte Speisen anbieten
- Rezepturen regelmäßig überprüfen und
- Zufriedenheitsabfragen zum Essen in den Gruppen durchführen

Auch Nachhaltigkeitsaspekte spielen bei uns bei Maßnahmen zur Ernährungsbildung eine Rolle, so dass wir die Kinder z. B. bei Einkäufen einbeziehen, wo sie ganz nebenbei nachhaltigen Konsum kennenlernen. Dies wird ebenfalls in den Gruppen thematisiert.

Trier, im Juni 2023