
14.2 Mahlzeiten und Ernährung- Qualitätsstandards für die Einrichtung

Vorwort

„Das gemeinsame Essen ist wohl das älteste Ritual der Menschheit- die Zusammenkunft in einer Runde, um zu essen, zu sprechen und sich nahe zu sein. Seit jeher und in allen Kulturen der Welt versammeln sich Menschen für gemeinsame Mahlzeiten, würdigen feierliche Anlässe mit festlichen Speisen, empfinden Essen als Kultur, als Zentrum des sozialen Lebens: Viel mehr, als nur satt zu werden! (Bostelmann, A. Fink, M. Mahlzeiten in der Krippe. Verlag Bananenblau. Berlin. 2014)“

Rahmenbedingungen / Grundsätze

- klare Strukturen schaffen Sicherheit
- Mahlzeiten klar von den übrigen Aktivitäten abgrenzen
- ruhige Atmosphäre durch Aufstellen klarer Regeln und genügend Zeit

(Esskultur, Kommunikation, Verhalten)

- Feste Essenszeiträume
- lange Sitzzeiten vermeiden
- Getränke zur freien Verfügung
- freundliches und ansprechendes Ambiente
- Begleitung der Mahlzeiten durch pädagogisches Fachpersonal
- Kinder können mitentscheiden, wann sie essen möchten und bestimmen

somit auch die Dauer der Mahlzeiten (innerhalb fester Essenszeiträume).

Frühstück

Die Qualität des Frühstücksangebotes obliegt der Verantwortung der Eltern
Süßigkeiten sind kein Frühstücksangebot und gehören nicht in die Brotdose.

Frühstücksrituale :

Krippe

- gemeinsames Frühstück auf der Grundlage individueller Bedürfnisse der Kinder und Gruppenstrukturen

- Frühstückszeit: 7.30-8.00 Uhr

- je nach Alter und Entwicklungsstand werden die Kinder bei der Vor- und Nachbereitung der Mahlzeit (Tisch decken) beteiligt

- Frühstücksmenge und Reihenfolge wählen die Kinder aus den Brotbüchsen selbst

- Begleitung durch pädagogisches Fachpersonal

- Getränke nach Wahl der Kinder

- Tischhygiene wird vom pädagogischen Fachpersonal gewährleistet

Kindergarten

- gemeinsames Frühstück unter Beachtung individueller Bedürfnisse der Kinder

- Frühstückszeit: 7.30-8.00 Uhr

- Frühstücksmenge und Reihenfolge wählen die Kinder aus den Brotbüchsen selbst

- Getränke stehen frei zur Verfügung

- Kinder sitzen gemeinsam in gemütlicher Atmosphäre am Tisch

(soziale Kompetenz fördern)

- Kinder werden an der Vor- und Nachbereitung der Mahlzeit beteiligt

- hoher Grad an Selbstständigkeit bzw. -bedienung

- Tischhygiene wird je nach Alter von den Kindern oder dem pädagogischen

Fachpersonal durchgeführt

Obstpause

- wird je nach Angebot der Zentralküche zur freien Auswahl gereicht

- Getränke stehen jederzeit frei zur Verfügung

- Stellt keine gesonderte Mahlzeit dar!

- Möglichkeit 1: Wird an einem extra Tisch zur freien Bedienung bereitgestellt

- Möglichkeit 2: wird zu den Mahlzeiten mitgereicht

Mittagsmahlzeit

Krippe

- Personal der Zentralküche überprüft Temperatur der Speisen
- Speisen werden in Schüsseln auf dem Tisch serviert oder in Form eines Büffets
- Salate werden in Schälchen angeboten
- je nach Alter und Entwicklungsstand werden die Kinder bei der Vor- und Nachbereitung der Mahlzeit (Tisch decken, Essen auftun) beteiligt
- verschiedenes Besteck wird angeboten
- auch „Fütterkinder“ dürfen mit eigenem Löffel mitessen
- Kinder essen, wie es ihrer Sinnlichkeit entspricht- auch mit den Händen
- die Kinder entscheiden, was und wie viel sie essen möchten
- Getränke stehen jederzeit frei zur Verfügung
- Nachtisch steht zur Selbstbedienung bereit (je nach Entwicklungsstand)

Kindergarten

- Personal der Zentralküche überprüft Temperatur der Speisen
- Speisen, einschließlich Salate und Kompott werden in Schüsseln auf dem Tisch oder in Form eines Büffets serviert
- die Kinder entscheiden, was und wie viel sie essen möchten
- „Kostehäppchen“ gehören nicht auf den Teller
- die Kinder bedienen sich selbst
- Getränke stehen zur freien Verfügung bereit
- Kinder sitzen gemeinsam in gemütlicher Atmosphäre am Tisch
- Kinder werden an der Vor- und Nachbereitung der Mahlzeit beteiligt
- hoher Grad an Selbstständigkeit bzw. -bedienung
- nachgenommene Speisen müssen nicht aufgegessen werden- Kinder können Mengen noch nicht realistisch einschätzen
- Tischhygiene wird je nach Alter von den Kindern oder dem pädagogischen Fachpersonal durchgeführt
- Speisewünsche werden in der Kindergartenkonferenz besprochen und finden in der Essenplanung Berücksichtigung

Nachmittagsmahlzeit

- Speisen werden von der Einrichtung gestellt
- Getränke stehen zur freien Verfügung
- Krippe:
- Vorbereitung erfolgt durch das pädagogische Fachpersonal –
- Kinder bedienen sich am Tisch
- Kindergarten:
- Kinder bekommen die Möglichkeit, selbst zu schmieren
- Kinder bedienen sich am Kaffeebuffet

Begleitung der Mahlzeiten durch pädagogisches Fachpersonal

- Vorbildwirkung
- Vorbereitung der Kinder auf das Essen
- beim Füttern oder Unterstützen bei der Einnahme der Mahlzeit sitzen die pädagogischen Fachkräfte den Kindern gegenüber
- Kinder selbst machen lassen
- Lernsituationen im Alltag erkennen
- Kindern etwas zutrauen
- beobachten, loben
- selbst mitessen, um Lust auf das Essen zu machen
- über Speisen reden
- Tischgespräche zulassen und unterstützen
- Vorleben von Esskultur und Tischsitten

Elternarbeit

- Qualitätsstandards der Einrichtung sind den Eltern bekannt (Gespräch vor Aufnahme, Elternabend)
- Spezieller Hinweis: Bitte keine Süßigkeiten in die Brotbüchse!
- Eltern bekommen die Möglichkeit, sich von der Qualität der Speisen zu überzeugen

- Speiseplan für Eltern regelmäßig zugänglich
- Tür- und Angelgespräche zwecks Rückmeldungen
- Elternabend zum Thema: Gesunde Ernährung
- jeden ersten Donnerstag im Monat- gesundes Frühstück, die Eltern werden in die Vorbereitung einbezogen
- Austausch bei Verpflegungskonzepten- bzw. Projekten
- Absprache bei Festen und Feiern

Umgang mit Lebensmittelunverträglichkeit und Familien mit religiösen Glauben

- kann nur für die Mittagsmahlzeit von der Küche bereitgestellt werden!
- Beachtung kulturell/ religiöser Besonderheiten
- Abstimmung mit den Eltern über entsprechende Handlungsweisen
- Bei Lebensmittelunverträglichkeit ist ein Attest vom Arzt immer erforderlich (einmal für Einrichtung und einmal für die Küche)
- Infoblatt wird erstellt (Name, Gruppe, Form der Allergie/Unverträglichkeit, zu vermeidende Lebensmittel)
- Infoblatt der Gruppe hängt in der Innentür des Geschirrschranks
- Umstellung auf normale Ernährung kann nur von den Eltern oder dem behandelnden Arzt veranlasst werden

Feste und Feiern

- Auf Hygieneanforderungen achten (Information an die Eltern und Belehrung des pädagogischen Fachpersonals)
- Speisenauswahl obliegt der Einrichtung
- Abstimmung mit den Eltern
- Alternativen zu süßem Buffet (z.Bsp: Obst- und Knabberbuffet)
- Absprache mit dem Elternkuratorium