

**Verpflegungskonzept der ev. Kindertagesstätte „Lohstraße“
Lohstraße 25
45359 Essen**





Inhalt

Einleitung	1
1. Über die Einrichtung	2
1.1 Träger und Standort	2
1.2 Konzept	3
1.3 Verpflegungsangebot	3
2. Strukturelle Rahmenbedingungen	4
2.1 Vorgaben und Richtlinien	4
2.2 Personal und Ausstattung	4
2.3 Organisation und Verantwortung	4
2.3.1 Unverträglichkeiten	5
2.3.2 Religiöse Speisevorschriften	5
2.4 Bezugsquellen	5
2.5 Nachweise	5
2.6 Transparenz	6
3. Umsetzung des Konzeptes im pädagogischen Alltag	7
3.1 Ort, Zeit und Gestaltung	8
3.2 Partizipation	9
3.3 Umgang mit Süßigkeiten	10
3.4 Rolle der Mitarbeitenden	10
3.5 Zielsetzung	11
Impressum	
Anhänge	
Beispiel-Speiseplan	
Frühstücksangebot	



Einleitung

„Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen!“

Dieses mittlerweile geflügelte Wort aus dem 17. Jahrhundert definiert nach wie vor die Grundlagen unseres Ernährungsverhaltens.

Wo es in der damaligen Zeit oft darum ging, überhaupt genug zu essen zu haben, oder nur die wohlhabende Gesellschaft auch von Genuss sprechen konnte, legen wir heute großen Wert auf eine gesunde und ausgewogene Ernährung.

Wir leben in Deutschland in einem privilegierten Land, indem es Lebensmittel im Überfluss gibt. Wir haben die Möglichkeit unsere Ernährungsausrichtung wie z.B. vegan, vegetarisch, makrobiotisch, fettreduziert oder zuckerfrei selbst zu bestimmen.

Damit geht aber auch die Verantwortung einher, bewusst mit dem Lebensmittelangebot umzugehen.

Insbesondere die Ernährung von Kindern, mit ihren besonderen Bedürfnissen, hat hier einen wichtigen Stellenwert. Denn die Grundlagen für ein gesundes, ausgewogenes Ess-/Trink- und Ernährungsverhalten wird in der frühen Kindheit gelegt.

Frische, vollwertige und abwechslungsreiche Kost sind für die Leistungsfähigkeit erforderlich. Geschmack, eine gefällige Darreichungsform, Rituale, das gemeinsame Essen und dafür auch genügend Zeit zu haben, sind wichtige Kriterien für eine genussvolle Nahrungsaufnahme. Von daher sind Einrichtungen wie die Kindertagespflege, Kindertageseinrichtungen und auch Schule von großer Bedeutung in der täglichen Verpflegung für Kinder.

Es liegt in unserer Verpflichtung und Möglichkeit, Kindern eine ausgewogene Kost zu gewährleisten, ihnen die Bedeutung und Notwendigkeit einer gesunden Ernährung zu vermitteln und den Genuss, die „Lust und Freude“ am guten Essen zu erhalten, denn:

„Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen!“



1. Über die Einrichtung

1.1 Träger und Standort

Die Kindertageseinrichtung „Lohstrasse“ ist eine von derzeit 22 Kindertagesstätten in Trägerschaft des Diakoniewerks Essen Kindertagesbetreuung gGmbH.

Unsere Kindertagesstätte wurde im Sommer 2017 in Betrieb genommen und liegt im Stadtteil Bedingrade. Dieser Stadtteil grenzt an den Bezirken Borbeck, Frintrop, Schönebeck und zur Stadtgrenze nach Mülheim.

Wir liegen an einer verkehrsberuhigten Straße mit direktem Zugang zum Hexbachtal mit Pferdewiesen und Wald.



1.2 Konzept

Wir arbeiten nach einem offenen Konzept mit 4 Stammgruppen und betreuen zurzeit 78 Kinder.

Die Stammgruppen bestehen aus einer „Nest - Gruppe“ mit bis zu 12 Kindern im Alter von frühestens 0,4 Jahren bis 3 Jahren, und 3 Gruppen mit 22 Kindern im Alter von 2 Jahren bis zum Schuleintritt.

Die offene Arbeit wird grundsätzlich durch ein partnerschaftliches, partizipatives Miteinander zwischen pädagogischen Mitarbeitenden, Eltern und Kindern gestaltet.

Unsere konzeptionellen Schwerpunkte liegen begünstigt durch die topografische Lage in der Naturpädagogik, der Bewegung, Ernährung und Gesundheit, sowie dem Bereich Sprache.

1.3 Verpflegungsangebot

Unsere Einrichtung bietet den Kindern 3 Mahlzeiten am Tag:

- gleitendes Frühstück
- gemeinsames Mittagessen
- Nachmittagssnack für Tageskinder

Alle Kinder können am Frühstück und gemeinsamen Mittagessen teilnehmen.

Den Tageskindern mit einer Stundenbuchung von 45 Stunden steht zusätzlich ein Snack am Nachmittag bereit. Unser Speisenangebot umfasst eine vollwertige und vegetarische Ernährung, auf Wunsch auch eine Ovo - Lacto vegetarische Variante. Prinzipiell werden vegetarische Gerichte mit Gemüsefonds zubereitet und den Kindern eine fleischlose Alternative aus Soja-, Tofu - oder Eiweiß- Produkten gereicht. Wir achten und bevorzugen eine vollwertige, ausgewogene und gesunde Ernährung, eine Vegane Küche wird nicht angeboten. Durch persönliche Gespräche mit den Erziehungsberechtigten werden individuelle Anliegen erörtert. Das Mitbringen eigener Speisen, außer Babynahrung, ist bei uns nicht üblich.

Wir gewährleisten die Verpflegung für Säuglinge und Kindern unter 1 Jahr, indem die Eltern, eigenverantwortlich, Muttermilch oder handelsübliche Babynahrung mitbringen, die wir sachgemäß handhaben, lagern und den Kindern zuführen. Auf bestimmte Nahrungsmittel, die für Kinder unter 1 Jahr ungeeignet sind, wie z.B. Honig, wird insbesondere in der Gruppe mit den unter 3jährigen Kindern, verzichtet. Stillenden Müttern stehen bei Bedarf Räumlichkeiten zur Verfügung. Kleinkinder, die noch nicht allein laufen, essen und sich verbal mitteilen können, benötigen wesentlich mehr sorgsame Zuwendung, Zeit und Hilfestellungen. Dementsprechend ist der Personaleinsatz angepasst.

Wir bieten frische, vor Ort zubereitete Mahlzeiten an. Bei der Auswahl, dem Einkauf und der Zubereitung wird auf regionale und saisonale Produkte geachtet. Soweit es möglich ist, nutzen wir die Produkte aus unserem Garten, wie z.B. selbst gezogene Kräuter zum Würzen, frische Erdbeeren für den Nachtisch oder Äpfel für den Snack.



Unsere
Pflanzbeete im
Sommer



2. Strukturelle Rahmenbedingungen

2.1 Vorgaben und Richtlinien

Die Handlungsweisen unserer Verpflegungssituation erfolgen unter Einhaltung der rechtlichen Bestimmungen und den Verordnungen des Lebensmittelhygienerechts, sowie unter Berücksichtigung des IfSG (Infektionsschutzgesetz) und der Hygienevorschriften nach HACCP.

Des Weiteren orientieren wir uns an den Richtlinien des Qualitätsstandard der deutschen Gesellschaft für Ernährung und richten uns nach dem internen Qualitätsmanagement des Diakoniewerkes Essen:

PA 017 „Verpflegung und Mahlzeiten“, indem die, für alle Kindertagesstätten des Diakoniewerkes Essen verbindlich geltenden Rahmenbedingungen, Methoden und Ziele dargelegt werden.

2.2 Personal und Ausstattung

Die Leitung der Küche obliegt unserer hauswirtschaftlichen Mitarbeiterin, welche mit 30 Wochenstunden beschäftigt ist.

Zur Erledigung der alltäglichen Aufgaben, wird sie von einer Küchenkraft mit ca.10 Wochenstunden unterstützt.

In Abwesenheit der hauswirtschaftlichen Mitarbeiterin wird die Einrichtung von einem Catering - Unternehmen beliefert. Rückstellproben, Abholung der Transportbehälter und Entsorgung der Speisereste liegt in dieser Zeit in der Verantwortung des Anbieters.

Die Küche ist seit 2017 im Bestand und mit allen notwendigen Gerätschaften und Arbeitsmaterialien wie z.B. einer voll gewerblichen Spülmaschine und einem Dampfgerar zur schonenden Zubereitung der Speisen ausgestattet.

In voneinander abgegrenzten Bereichen stehen Kühl- und Gefrierschränke, sowie Regale zur Lagerhaltung bereit. Es ist ausreichend Platz als Arbeitsfläche und Stauraum für Geschirr- und Kochutensilien vorhanden. Des Weiteren ist die Küche mit 3 Spülbecken bestückt. Je ein Becken zur Handreinigung, zur Verarbeitung der Lebensmittel und für das zu reinigende Spülgut.

Die hauswirtschaftlichen Mitarbeiterinnen tragen täglich frische Arbeitskleidung, welche 1x wöchentlich über eine Fremdfirma gewechselt wird.

2.3 Organisation und Verantwortung

Der Zustand der Küche und die Reinigung liegen in der Verantwortung der Reinigungskräfte, sowie aller pädagogischen und hauswirtschaftlichen Mitarbeitenden.

Speisereste werden in einer separaten Mülltonne entsorgt und von einem Entsorgungsunternehmen einmal wöchentlich ausgetauscht.

Frühstück:

Auswahl, Einkauf, Lagerung und Verarbeitung des Frühstücksangebotes wird von den pädagogischen Mitarbeitenden unter Berücksichtigung der Bedürfnisse der Kinder geleistet.

Küche, Mittagessen und Nachmittagssnack:

Auswahl, Einkauf, Lagerung und Verarbeitung des Mittagessens und des Nachmittagssnack, wird von der hauswirtschaftlichen Mitarbeiterin unter Berücksichtigung der Bedürfnisse der Kinder geleistet.



Die Entnahme, Lagerung und Verwaltung von Rückstellproben, sowie die Messung und Dokumentation der Ausgabetemperatur obliegt ebenfalls der hauswirtschaftlichen Mitarbeiterin.

Im Falle ihrer Abwesenheit, übernehmen die pädagogischen Kräfte der Einrichtung und der zuständige Caterer diese Aufgaben.

2.3.1 Unverträglichkeiten

Allergien und Unverträglichkeiten werden berücksichtigt und müssen von den Erziehungsberechtigten über eine ärztliche Bescheinigung nachgewiesen werden. Ein entsprechendes Formular liegt vor und wird den Erziehungsberechtigten im Bedarfsfall ausgehändigt.

2.3.2 Religiöse Speisevorschriften

In unserer Einrichtung werden Kinder unterschiedlicher Herkunftsländer und religiösen Zugehörigkeiten betreut. Wir nutzen für unser Fleischangebot Rindfleisch, Geflügel (wie Hähnchen – oder Putenfleisch) und verzichten gänzlich auf Schweinefleisch. Den Kindern steht, gerade beim Frühstück, stets eine fleischlose Alternative zur Verfügung. Im persönlichen Gespräch mit den Erziehungsberechtigten werden die Essgewohnheiten erläutert und die Möglichkeiten erörtert.

Soweit es möglich und umsetzbar ist, werden diese Speisevarianten bei der Zubereitung berücksichtigt. Eine spezielle Kennzeichnung im Speiseplan findet nicht statt.

2.4 Bezugsquellen

Den Großteil der verwendeten Lebensmittel für das Frühstücksangebot beziehen wir derzeit über den Bio-Anbieter „Flotte Karotte“. Brot wird frisch bei den umliegenden Bäckereien am Morgen gekauft. Weitere Produkte, die für aktuelle Aktionen benötigt werden, erwerben wir in den Supermärkten der Umgebung.

Die Lebensmittel für das Mittagessen und den Nachmittagssnack werden überwiegend in der Metro Essen erworben.

Getränke werden wie folgt angeboten:

- ungesüßte Früchte- und Kräuterteesorten aus Supermärkten
- Trinkwasser, bei regelmäßiger Kontrolle durch Wasserproben der Stadtwerke
- Mineralwasser der Firma Stiftsquelle

2.5 Nachweise

Anhand von Lieferscheinen, Bestelllisten und Rechnungen sind Lieferanten, Bezugsquellen, Mengen und Inhaltsstoffe einzusehen.

Die Ausgabetemperatur wird täglich in gesonderte Listen dokumentiert.

Zudem liegt ein Ordner vor, indem Produktkopien mit Inhaltsstoffen und Nährwerttabellen erkennbar sind. Diese Sammlung wird beständig weitergeführt. Die Kennzeichnung von Allergenen ist im Speiseplan vorhanden.

2.6 Transparenz

Den Eltern werden in schriftlicher Form Informationen zum Umgang mit Lebensmitteln in unserer Einrichtung, wie z.B. Süßigkeiten zu Geburtstagen oder Festen beim Aufnahmegespräch ausgehändigt. Dazu gehören u.a. Auszüge aus dem Infektionsschutzgesetz und die Vorgaben nach HACCP.

Ab August 2020 wird den Eltern zusätzlich eine Rezeptsammlung mit gesunden, Zuckerreduzierten Möglichkeiten, z.B. für Geburtstage der Kinder, zur Verfügung gestellt.

Der Speiseplan mit Benennung des Nachmittagsnack, sowie eine Liste mit Kennzeichnung der Allergenen Stoffe, hängt in der Einrichtung aus. Im Speiseplan ist unser gesundes Frische - Angebot mit einem „grünen Daumen“ besonders gekennzeichnet. Diese Speise ist, soweit möglich, mit frischen Produkten hergestellt.

Auf der Homepage der Einrichtung ist das Verpflegungskonzept hinterlegt.

Ein, mit Fotos gestalteter, Kinderspeiseplan hängt gut sichtbar in Augenhöhe der Kinder, im Eingangsbereich der Kita.

Somit ist er allen Kindern zugänglich und wird täglich aktualisiert, um für die Kinder überschaubar zu bleiben.

Des Weiteren sind die Pläne für Eltern schriftlich und für die Kinder bildlich mit den jeweiligen Essenszeiten gekennzeichnet.





3. Umsetzung des Konzeptes im pädagogischen Alltag

In unserem Verpflegungsangebot legen wir viel Wert auf eine vollwertige und gesunde Kost. Wir reichen überwiegend Vollkornprodukte, achten auf fett- und Zucker - reduzierte Nahrungsmittel und bevorzugen regionale und saisonale Lebensmittel.

Es ist uns wichtig, Kindern eine Lernwelt zu schaffen, in welcher sie ihren Körper, ihre Befindlichkeiten, gesunde Ernährung und die diesbezüglichen Zusammenhänge erfassen, erleben und verstehen können.

Das gemeinsame Bepflanzen und Pflegen unserer Beete, das regelmäßige Gießen, die Herstellung von Insektenhotels und Wasserstellen, das Ernten eigener Tomaten, Äpfel oder Johannisbeeren bietet den Kindern die optimale Möglichkeit ihre direkte Umwelt zu erforschen, zu „begreifen“ und mit zu gestalten.

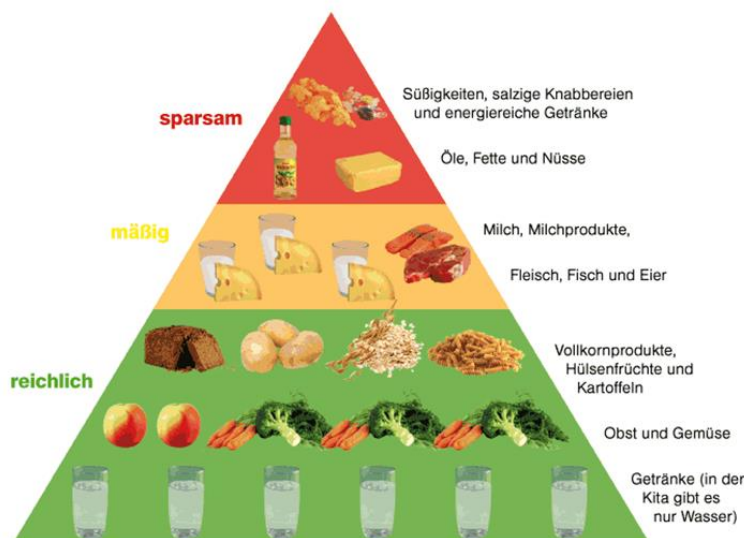


Tomatenernte

Es ist bekannt und erwiesen, dass eine gesunde körperliche Verfassung, zu einem positiven Körperempfinden und verbesserter Leistungsfähigkeit führt.

Von daher hat eine genussvolle Nahrungsaufnahme, in angenehmer Atmosphäre und mit guten Produkten in unserem Alltag einen festen Platz.

Dabei orientieren wir uns an der gängigen Ernährungspyramide, anhand derer wir Kindern die Mengen und Möglichkeiten bildhaft gut darstellen können.





3.1 Ort, Zeit und Gestaltung

Frühstück:

Unser gleitendes, gruppenübergreifendes Frühstück findet im Obergeschoss in der großen Halle für alle Kinder unserer Einrichtung statt. Wir gestalten diesen Bereich gemeinsam mit den Kindern je nach Jahreszeit oder anliegenden Aktivitäten. Durch wechselnde und unterschiedliche Lichtakzente schaffen wir eine angenehme Atmosphäre. Den Kindern stehen zwei große runde Tische zum Frühstück zur Verfügung. Die Tische bieten jeweils ca. 8 Kindern ausreichend Platz, und durch die runde Form einen in sich geschlossenen Bereich, in dem jeder jeden sehen kann und Kommunikation gefördert wird.

Das Frühstück gestaltet sich in Buffetform und bietet den Kindern täglich:

- Cerealien mit Milch, wechselnde Brotsorten, Butter, Käse in unterschiedlichen Varianten, sowie frisches Obst und Gemüse
- 2x wöchentlich: zusätzlich Wurstsorten
- 2x wöchentlich: zusätzlich vegetarische Brotaufstriche
- 1x wöchentlich: Spezialitäten und Kinderwünsche.

Den Kindern steht das Frühstücksangebot von 7:30 Uhr – ca. 10:00 Uhr zu Verfügung.

Aus pädagogischen Gründen, frühstücken die jüngsten Kinder, aus unserer Gruppe mit unter 2-jährigen Kindern, in ihrem gruppennahen Bereich in kleiner Runde zum gleichen Zeitpunkt.

Wir legen Wert auf ein vielfältiges und abwechslungsreiches Angebot. Deshalb kann das Angebot der jeweiligen Situation entsprechend variieren. Die Kinder entscheiden selbst, was, wann und mit wem sie gern frühstücken möchten.

Um Reste zu vermeiden und sichtbar frische Produkte anzubieten, werden die Lebensmittel immer wieder in kleinen Mengen nachgelegt.

Ein/e Mitarbeiter/in begleitet das Frühstück und steht den Kindern hilfsbereit zur Verfügung.

Mittagessen:

Das Mittagessen findet aus räumlichen Gründen in den jeweiligen Gruppenräumen auf Gruppenebene statt. Die Kinder sitzen in Kleingruppen mit ca. 8 Kindern an Größen - angepassten Tischen. Es ist uns wichtig, dass die Kinder ausreichend Platz zum Essen haben.

Zu allen Mahlzeiten steht den Kindern „echtes“ Geschirr zu Verfügung. Da in unserer Einrichtung ein Farbkonzept mit den vier Grundfarben Rot, Blau, Gelb und Grün die jeweiligen Gruppen ausweisen, nutzt jede Gruppe farblich passendes Geschirr. Natürlich benutzen die Kinder Trinkgläser aus bruchsaurem Glas. Für unsere jüngsten Kinder stehen zusätzlich, nur bei Bedarf, eigene Trinkflaschen bereit.

Feste Rituale und Regeln:

- Die unterschiedlichen Tagesaktionen, wie z.B. Ende der Freispielphase, wird akustisch mit einem „Gong“ angekündigt. Diesen betätigen die Kinder selbst
- Vor und nach dem Essen waschen wir uns die Hände
- Wir kommen zur Ruhe und die Kinder wählen ein Gebet/ Tischspruch aus
- Wenn alle aufmerksam sind, sprechen wir den Spruch und wünschen uns einen guten Appetit
- Wir stellen den Kindern das Essen vor, benennen und zeigen es, um den Kindern eine Übersicht zu verschaffen
- Es sind ausreichend Getränke vorhanden
- Den Kindern stehen auf Wunsch Papiertücher als Servietten zur Verfügung
- Damit jedes Kind ein warmes Essen bekommt, teilen die Mitarbeitenden die erste Portion, in Absprache mit dem Kind aus, danach bedienen sich die Kinder selbst



- Wir achten auf den sachgerechten Umgang mit dem Essbesteck, einem angemessenes Verhalten während des Essens und begleiten Kinder in dieser Lernphase
- Kinder entscheiden selbst ob, was und wie viel sie essen
- Tischgespräche sind ausdrücklich erwünscht und werden von den Erwachsenen initiiert

Die weitere Gestaltung des Essens richtet sich nach den jeweiligen Möglichkeiten und Strukturen der Gruppen. So wird in einigen Gruppen das Essen am Tisch gereicht und in anderen in Buffetform angeboten.

Zeitlichen Rahmen für das Mittagessen:

11:30 Uhr – ca. 12:00 Uhr	für die Gruppe mit U2-jährigen
12:00 Uhr – max. 13:00 Uhr	für alle anderen Gruppen

Nach dem Mittagessen bieten wir den Kindern, die einen Mittagsschlaf benötigen, in unseren Ruheräumen einen adäquaten Schlafplatz und ausreichend Zeit an. Dies kann ein Bett oder auch ein Schlafnest sein. Kinder, den eine ruhige Phase reicht, ermöglichen wir, durch gezielte Angebote, wie z.B. einer Vorleserunde im Nebenraum, eines Hörspiels oder einer „Phantasiereise“ eine ruhige „Auszeit“.

Nachmittagssnack:

Den Tageskindern bieten wir am Nachmittag um ca. 15:00 Uhr einen zusätzlichen Snack an. Da am Nachmittag die Kinder aus unterschiedlichen Gruppen zusammen kommen, findet der Snack in den Frühstücksbereichen der jeweiligen Ebenen statt. Somit ist es vom laufenden Spiel getrennt und freiwillig nutzbar.

Getränke stehen weiterhin zur Verfügung.

In den warmen Monaten, in denen wir das freie Spiel vermehrt im Außengelände anbieten, gestalten wir den Snack oft auch als Picknick mit festem Standort auf einer Decke.

3.2 Partizipation

Wir bieten in unserer Einrichtung eine vollwertige, gesunde Kost mit Fisch und Fleischgerichten, sowie einer vegetarischen/ ovo- lacto- vegetarischen Variante an. Die Erziehungsberechtigten können aus diesem Angebot wählen und eine Verpflegungsform festlegen.

Für Feste und Feiern wird im Austausch mit allen Beteiligten, das Angebot erarbeitet. Das Mitbringen von Lebensmitteln und Speisen findet ausschließlich nach Absprache und zumeist zu besonderen Anlässen statt.

Die Kinder sind an der Vorbereitung und Ablauf des Frühstücks beteiligt, indem sie beim Tischdecken helfen, Obst und Gemüse schneiden und ihren benutzten Platz aufräumen, sowie für das nächste Kind neu eindecken.

Somit sind Kinder aktiv an „ihrem“ Frühstück beteiligt und lernen das Angebot und die nötigen Abläufe wertzuschätzen.

Mit Beteiligung der Kinder decken wir zum Mittagessen den Tisch ein und treffen alle notwendigen Vorbereitungen, so dass Kinder z.B. lernen, welcher Teller und welches Besteck für welche Gerichte benötigt werden.

Ein besonderes Augenmerk legen wir auf die Trinkversorgung. Da Kinder im intensiven Spiel das Trinken durchaus „vergessen“, regen wir sie beständig im gesamten Tagesverlauf zum Trinken an. Zu jeder Zeit stehen den Kinder verschiedene Getränke zur Verfügung: Wasser, Sprudel und mehrere ungesüßte Teesorten. Die Kinder können vorab selbst entscheiden, welcher Tee (Apfel-Vanille, Hagebutte, Pfefferminz, Erdbeer-Rhabarber...) zubereitet werden soll. Gerade in den



Sommermonaten bieten wir den Kindern zusätzlich erfrischendes Wasser mit Zitronenmelisse und Früchten aus dem eigenen Garten an.

Hauswirtschaftliche Angebote finden das ganze Jahr über im Kita - Alltag statt. Bedingt durch das zeitlich regulierte Ernten, werden die Früchte des Gartens z.B. zu Obstsalaten, zur Garnierung von Joghurt- und Quarkspeisen oder Kuchen gemeinsam mit Kindern verarbeitet. Zum weiteren Angebot gehören z.B. Plätzchen backen in der Adventszeit, Stuten für den Ostertisch, ein Kuchen für den Großelternnachmittag oder den Nachtsch selbst herstellen.

Gerade die religiösen Feste und deren Gestaltung sind oft mit verschiedenen Speisen verbunden. Durch unsere Angebote wie pflanzen, heranziehen, pflegen und Ernten von Obst, Gemüse und Kräutern in unserem Garten und Pflanzbeeten, leben wir mit Kinder bewusst in der Schöpfung, welche an den besonderen Festtagen, wie Erntedank, ihren Höhepunkt finden.

Die Kinder haben und nutzen jederzeit die Möglichkeit ihre Meinung zu den Mahlzeiten abzugeben. Zumeist tun sie dies, indem sie direkt und unmittelbar der Köchin sagen, was ihnen gut geschmeckt hat.

Zusätzlich können sie anhand folgendem Bewertungssystem ihre Zufriedenheit mitteilen: einmal in der Woche bewerten sie das Essen, indem sie an einem fröhlichen oder traurigen Smiley eine Klammer heften.

So hat unsere Köchin einen Überblick, wie ihr Speisenangebot angenommen wird.

Das sichtbarste Zeichen sind allerdings die geleerten Schüsseln.

Einmal monatlich besucht unsere Köchin die Gruppen, bespricht die Mahlzeiten und bekommt so ein direktes Feedback. Bei der Gelegenheit legt sie mit den Kindern das „Gruppen- Wunschen“ fest. Jede Gruppe wählt und bestimmt eine Mahlzeit, die an einem Tag in der Woche für alle gültig ist.

Somit wird jede Gruppe einmal im Monat besonders berücksichtigt und im Speiseplan benannt.

3.3 Umgang mit Süßigkeiten

Täglich begegnet uns Zucker in vielen Lebensmitteln, ohne das es uns bewusst ist. Deshalb ist ein aufmerksamer und kontrollierter Umgang mit Nahrungsmitteln notwendig.

Über vermeintlich „gesunde“ Lebensmittel wie z.B. „selbstgemachte Marmelade“ oder „naturtrüber Fruchtsaft“ werden uns oft die Reinheit des Produktes und die „unverfälschte Natürlichkeit“ vorgegaukelt. Doch oft ist dem nicht so. Denn in der Marmelade, ob selbst gemacht oder nicht, ist jede Menge Gelier - und Industriezucker vorhanden. Und die Fruchtsäfte enthalten, neben den Fruchtzucker, stets auch zugefügten Zuckeranteil.

Von daher werden unsere Speisen Zucker - reduziert zubereitet und auf Ersatzprodukte, wie Agavendicksaft oder ähnliches, weitestgehend verzichtet.

Wir schließen Süßigkeiten nicht aus. So gibt es zu besonderen Festen und Feiern durchaus Kuchen und Kakao oder Fruchtsaft, zu Weihnachten die selbstgebackenen Plätzchen und zu Karneval werden auch „Kamelle“ gefangen.

Doch diese Aktionen sind mit einem Brauchtum verbunden und dienen der Vermittlung von Gebräuchen und Ritualen.

Ebenso fügen wir dem Anlass entsprechend Süßigkeiten in unseren Alltag ein. So gestalten wir in der Adventszeit gerne eine Zeit, in der wir mit Kindern gemeinsam singen, Geschichten hören und dabei Nüsse knacken, Plätzchen essen und Fruchtee trinken. Oder im Sommer auf der Wiese am Nachmittag ein Eis essen. All dies geschieht zeitlich begrenzt und wird bewusst gereicht.

Da durch Geburtstage und die im Jahresverlauf anstehenden Feierlichkeiten schon viel Raum für



„besondere“ Anlässe gegeben ist, treffen wir im Vorfeld mit dem Kind und seiner Familie Absprachen, was am Geburtstag mitgebracht werden könnte. Dazu stellen wir den Eltern eine Sammlung an Vorschlägen zur Verfügung, die gut in unser Ernährungskonzept passen. Das Kind darf und soll den Geburtstag gebührend feiern können, doch ist es unsere Überzeugung, dass eine „Torte“ dazu nicht unabdingbar erforderlich ist. Die Wertschätzung für das Kind, erfolgt über die Zuwendung und Gestaltung des besonderen Tages.

3.4 Rolle der Mitarbeitenden

Alle Personen, die mit Kindern in Kontakt kommen, stehen beständig in deren Fokus. Sie beobachten uns und ziehen daraus ihre eigenen Schlüsse. Somit sind alle Mitarbeitenden, Erzieher/innen, hauswirtschaftliche Mitarbeiter/innen, Schüler/innen und Praktikanten, aber auch Eltern und Besucher, stets ein Vorbild.

Wir prägen das Ernährungsverhalten der Kinder und stehen somit in der Verantwortung für die gesundheitliche Entwicklung von Kindern.

Wir sehen uns als Entwicklungsbegleiter und unterstützen Kinder auf ihrem Weg, das genussvolle, gesunde und bewusste Essen zu entdecken. Den wertschätzenden Umgang mit Lebensmitteln zu erfahren und die Bedeutung gesunder Nahrungsmittel zu erkennen.

Dies tun wir, indem wir am gemeinsamen Frühstück und Mittagessen teilnehmen, und die Kinder sehen, dass auch wir alles mitessen.

Wir motivieren Kinder zu probieren und zeigen ihnen dazu Möglichkeiten auf. Das kann ein Tropfen Soße am Tellerrand sein, ein kleiner Probier - Teller auf dem Tisch mit kleinen Portionen, die für Kinder überschaubar und zu bewältigen sind. Und, indem wir vor dem Essen alle Speisen vorstellen.

Wir sind authentisch und zeigen Kindern, dass auch wir Vorlieben haben oder eine spezielle Ernährung, wie z.B. vegetarische Kost, bevorzugen. Unverträglichkeiten werden Kindern erklärt und Verständnis für besondere Ernährungsweisen geschaffen.

Kinder werden ermutigt, Speisen mit allen Sinnen zu erfahren. So kann der Geruch einer Speise den Appetit wecken und Vorfreude verbreiten.

Kein Kind muss alles essen oder probieren. Wir bieten Kindern immer eine Lösung an, so dass die Nahrungsaufnahme ein positives Erlebnis bleibt.

Durch die Gestaltung der Tische, angepasste Lichtverhältnisse und Rituale, wie das Tischgebet, schaffen wir eine Atmosphäre, in der Kinder zur Ruhe kommen und sich ausschließlich auf das Essen einlassen können.

Die Handhabung des Essbesteckes, das angemessene Verhalten am Tisch, Tischgespräche und bis zum Ende der Mahlzeit in der Situation zu bleiben, werden von den Mitarbeitenden vorgelebt und aktiv begleitet.

3.3 Zielsetzung

Als Kindertagesstätte haben wir einen eigenständigen Bildungs- und Erziehungsauftrag. Wir sind mitverantwortlich, für die gesunde körperliche, geistige und seelische Entwicklung von Kindern.

Dies tun wir unter Berücksichtigung der Bildungsvereinbarungen des Landes NRW.

Dabei steht die individuelle, ganzheitliche Bildung und Entwicklung eines jeden Kindes im Vordergrund.

Somit sind unsere Handlungsweisen zum Wohle des Kindes gestaltet.

Im Bereich Ernährung und gesundheitliche Entwicklung ist es uns deshalb wichtig, Kinder zu einem selbstbestimmten und eigenverantwortlichen Handeln zu begleiten, um ihnen ein positives



und bewusstes Körpergefühl zu ermöglichen.

Durch die gemeinsame Pflege und Gestaltung der Pflanzbeete, sollen Kinder das Wachsen und Reifen von Lebensmitteln von Beginn an erleben. Sie können mitverantwortlich sein, für eine erfolgreiche Ernte. Sie lernen, dass man sich um etwas kümmern muss und entwickeln eine wertschätzende Haltung dazu.

Ausflüge in den nahen Wald, bei denen wir mit Kindern die Regeln des Naturschutzes beachten, vermitteln Kindern das Bild, einer intakten Umwelt, die für das Wohlbefinden von Nöten ist. Gerade die Bewegungsangebote, besonders im Freien, sind für Kinder von wesentlicher Bedeutung, um den eigenen Körper als leistungsfähig, stark und gesund zu empfinden. Unser vollwertiges und Zucker - reduziertes Speisenangebot bietet die Möglichkeit, unbekannte Nahrungsmittel auszuprobieren und eigene Vorlieben kennenzulernen. Die Geschmacksbildung wird angeregt und führt zu sicheren und selbstbestimmten Entscheidungen bezüglich der Lebensmittelauswahl.

Durch gezielte Angebote und den bewusst gelebten Alltag, wollen wir Kindern Kenntnisse von gesunden und ungesunden Ernährungsformen vermitteln und ihnen eine Lernwelt schaffen, um ihr Wissen bezüglich ihrer körperlichen Fähigkeiten, in Verbindung mit einer guten Nahrungsaufnahme zu erweitern.

Durch feste Essenszeiten und die damit verbundenen „Ess-Pausen“, fördern wir das Empfinden von Hunger und Durst. Kinder sollen und müssen die Signale ihres Körpers richtig deuten können. Um zu wissen, wie sich Hunger und „Satt sein“ anfühlt, muss man bis zur nächsten Mahlzeit „aushalten“ und rechtzeitig mit dem Essen aufhören können. Ein Völlegefühl führt zu Trägheit und bremst Kinder aus. Das Erlernen, das persönliche Hunger- und Sättigungsgefühl einzuschätzen, ist von daher von wesentlicher Bedeutung.

Ebenso wichtig ist es, sich auf die Situation der Mahlzeiten zu freuen. Sich sicher und geborgen zu fühlen, als Teil der Gemeinschaft anerkannt zu sein, führt zu einem genussvollen Essen. Die gemeinsamen Mahlzeiten unterstützen die Entwicklung der sozialen Kompetenzen und befähigen Kinder auf einander zu achten, zu teilen, Besonderheiten wie Unverträglichkeiten, zu respektieren und anderen z.B. beim Auflegen der Speisen, zu helfen. Die Handhabung des Essbesteckes und ein angemessenes Verhalten am Tisch, begünstigen die Ästhetik der Nahrungsaufnahme und vervollständigen eine angenehme Atmosphäre. Wir sind eine evangelische Einrichtung und leben nach christlichen Werten, die wir im alltäglichen Miteinander den Kindern vermitteln. Gemäß unserem evangelischen Profil hat der wertschätzende Umgang mit Mensch, Tier und Umwelt einen hohen Stellenwert und wird bewusst gelebt. Das Teilen, helfen, sich umeinander kümmern, sowie auch das tägliche Tischgebet gehören in unseren Alltag.

Mit den Eltern als Erziehungspartnern, soll in Absprache, beständigem Austausch und gemeinsamer Umsetzung dieses Konzeptes, die ganzheitliche Entwicklung und eine ausgewogene, gesunde Ernährung von Kindern gewährleistet werden.



Impressum

Verantwortlich für Text und Inhalt	Elke Schramm
Träger	Diakoniewerk Essen Kindertagesbetreuung gGmbH
Anschrift	BergerhauserStr.17 45136 Essen
Geschäftsbereichsleitung	Ullrich Leggereit
Einrichtung	ev. Kindertagesstätte Lohstrasse Lohstraße 25 45359 Essen
Telefon	0201/ 61527380
Einrichtungsleitung	Björn Regniet
Ansprechpartner Zertifizierung/ Konzeption	Elke Schramm

