

VERPFLEGUNGSKONZEPT

QUALIFIZIERUNG FÜR DIE Kita Verpflegung
- Ernährungs-Kita (3 Sterne) -



Kindertagesstätte „Zwergenvilla“

Adresse:

Moselstraße 56
54518 Osann-Monzel

Kontakt:

Büro: 06535/ 888

Etagen: 06535/9492801

info@kita-zwergenvilla.de



INHALTSVERZEICHNIS

Inhaltsverzeichnis

Einleitung, Ziele und Zielgruppen	3
Verpflegungsaufgabe	5
Mittagstisch	6
Frühstücksbuffet und Nachmittagssnack.....	7
Pädagogisches Konzept.....	9
Verpflegung bei Festen und Feiern	11
Kommunikation und Zusammenarbeit.....	11
Qualitätssicherung des Verpflegungskonzeptes.....	13



Einleitung, Ziele und Zielgruppen

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 das tägliche Zubereiten des Frühstücks, sowie Koch- und Backaktionen, Lebensmittel mit allen Sinnen zu erfahren.

Denn Ernährungsgewohnheiten werden in den ersten Lebensjahren geprägt.

Daher ist es wichtig, bereits in der Kindheit den Grundstein für eine ausgewogene Ernährungsweise zu legen.

Dazu gehört, dass die Kinder eine ausreichende Auswahl an vollwertigen Lebensmitteln erhalten. Diese Versorgung mit allen Nährstoffen benötigen die Kinder für ihre körperliche und geistige Entwicklung, Konzentrationsfähigkeit und Leistungsfähigkeit, sowie für die Stärkung des Immunsystems.

Unsere Kita ist eine Ganztageseinrichtung mit Krippe und 54 Ganztagsplätzen. Das Gebäude erstreckt sich über 3 Etagen. Im Erdgeschoss befindet sich der Bereich der 1-4-jährigen Kinder und in der oberen Etage der Bereich der 4-6-jährigen Kinder. Der Bewegungsraum, der Essensraum und die hauswirtschaftlichen Räume befinden sich im Kellergeschoss. Wir arbeiten nach dem teiloffenen System, dies bedeutet, dass jede Etage über verschiedene Funktionsräume verfügt, bei denen die Kinder selbst entscheiden, in welchem Raum sie spielen. Die Räume werden jeweils von einer ErzieherIn begleitet. Jede Etage hat ihren eigenen Essbereich, die sogenannten Bistros, in denen täglich, gemeinsam mit den Kindern, das Frühstück bzw. ein Zwischensnack zubereitet und eingenommen wird.

Viele Kinder verbringen einen Großteil des Tages bei uns; eine ausgewogene, gesunde Ernährung ist uns daher sehr wichtig.

Schon seit 2013 arbeiten wir mit verschiedenen Projekten an der Umsetzung einer bedarfsgerechten und ausgewogenen Verpflegung für die Kinder unserer Tagesstätte.

Mit dem Einsatz und der Umsetzung von Projekten wie „Jolinchen“, „Kita isst besser“ und dem Schulobst und Schulmilchprogramm der europäischen Union und dem Land



Rheinland-Pfalz vermitteln wir den Kindern ein ernährungsbewusstes Verständnis für Lebensmittel und Esskultur.

Genauso wichtig und notwendig erscheint uns in diesem Zusammenhang das Thema Bewegung. Im September 2019 wurden wir zur Bewegungskita zertifiziert.

Für Kinder mit nachgewiesenen Lebensmittelunverträglichkeiten (ärztliches Attest) wird die Verpflegung gesondert mit der Kita-Leitung und dem Küchenpersonal vereinbart. Vorab werden die Möglichkeiten und Grenzen zur Umsetzung der speziellen Versorgung gemeinsam mit den Eltern besprochen.

Ebenso werden religiöse Aspekte in unserem Ernährungsangebot berücksichtigt.





Verpflegungsaufgabe

In unserer Einrichtung gibt es 5 Verpflegungstage mit Frühstück, Mittagessen, Nachmittagssnack und Getränken.

Das Frühstück wird täglich frisch zubereitet mit Produkten aus biologischem, saisonalem und regionalem Anbau.

Um eine kontinuierliche Qualität der Speisen und Getränke zur Zufriedenheit der Kinder und Eltern dauerhaft zu gewährleisten, arbeiten Kita und Speisenanbieter vertrauensvoll und partnerschaftlich eng zusammen. Dazu werden regelmäßige Rücksprachen mit festen Ansprechpartnern durchgeführt. Für die Lebensmittel- und Getränkebestellung sowie Qualitätskontrolle des Lebensmittel- und Getränkeeingangs sind die hauswirtschaftlichen Fachkräfte/ Ausgabekräfte bzw. die pädagogischen Fachkräfte in der Kita verantwortlich. Die Anlieferungen erfolgen werktags zu den vertraglich vereinbarten Zeiten und grundsätzlich nur an die vorbezeichneten Fachkräfte mit sofortiger Kontrolle und Dokumentation der Qualität und Menge. Bei festgestellten Mängeln haben diese unverzüglich den Speisenanbieter zu verständigen. Der Speisenanbieter leitet sofort die Mängelbeseitigung ein.

Die Abrechnungen werden über den Arbeitgeber und die dazugehörige Verwaltungseinheit abgewickelt.

Auf jeder Etage (Krippe, 3-6Jährige) befindet sich ein Bistro zum Frühstück. Anhand einer Magnettafel sehen die älteren Kinder, ob Platz im Bistro ist und entscheiden selbst, wann sie frühstücken. Die Krippenkinder nehmen das Frühstück gemeinsam mit einer Erzieherin ein.



Mittagstisch

In unserer Einrichtung sorgen drei Hauswirtschafterinnen für ein täglich gesundes, abwechslungsreiches vitamin- / ballaststoffhaltiges Mittagessen, angelehnt an die DGE-Standards. Wir gehen in 2 Gruppen, in den dafür vorgesehenen Essensraum neben der Küche, essen. Die jüngeren Kinder gehen um 11:15Uhr und die Älteren um 12:00Uhr zum Mittagessen. Der Beginn der Mittagszeit wird jeweils durch ein akustisches Signal (z.B. Lied, Topf schlagen) signalisiert. Die frischen Zutaten werden überwiegend von regionalen Lieferanten bezogen, dazu gehören die ortsansässige Metzgerei/Fleischerei Pütz und das Lebensmittelgeschäft Edeka Borsch in Piesport. Des Weiteren beziehen wir Lebensmittel vom Grieshop in Erden und spezielle Produkte (z.B. bei Unverträglichkeiten) bei Bungert, Eismann oder Foodoase.

Aus den einzelnen Komponenten dürfen die Kinder selbst wählen was und wie viel sie essen möchten und richten sich nach ihrem eigenen Appetit und Hunger.

Es gibt selbstverständlich keinen Zwang bestimmte Lebensmittel (z.B. Gemüse) zu essen, da dies zu einer steigenden Ablehnung dieser Lebensmittel führt. Jedoch versuchen wir immer wieder Kinder zu motivieren, Neues zu kosten und zu probieren. Die Mahlzeiten finden in einer angenehmen und geselligen Atmosphäre statt. Die Kinder setzen sich gemeinsam an den dekorierten und gedeckten Tisch und wir sprechen zusammen einen Tischspruch. Während des Essens werden Gespräche zu verschiedenen Themen untereinander geführt.

Die gemeinsam aufgestellten Tischsitten werden von den Kindern und Erziehern (Vorbildfunktion) eingehalten. Dazu gehört, dass man zum Beispiel am Tisch sitzen bleibt, mit Messer und Gabel isst und nicht mit dem Essen spielt. Außerdem legen wir Wert darauf, dass die Kinder beim Essen selbst tätig werden, in dem sie sich Getränke einschenken und ihr Geschirr wegräumen und sich gegenseitig helfen (z.B. Serviette reichen)



Frühstücksbuffet und Nachmittagsnack

Besonderes Augenmerk liegt in unserer Einrichtung auf dem Frühstücksbuffet, welches den Kindern täglich zur Verfügung steht und mit ihnen gemeinsam vorbereitet wird.

Ein gesundes, reichhaltiges Frühstück ist der beste Start in den Tag.

In einem großzügig vorgegebenen Zeitrahmen von 8.45- 10.15 Uhr können die Kinder selbst bestimmen, wann sie essen möchten. Sie suchen sich im Bistro ihre Tischgefährten aus und bestimmen je nach Appetit und Lust auch die Dauer der Mahlzeit. Danach kehren sie wieder zu ihrem Spiel zurück. Unsere Krippenkinder werden selbstverständlich durch ihre Bezugspersonen begleitet, unsere päd. Mitarbeiter wechseln sich in der Zubereitung und Aufsicht ab. Kinder, die morgens früh noch nichts gegessen haben, benötigen in der Kita ein reichhaltigeres Frühstück. Kindern, die gut gestärkt von zu Hause kommen, reicht dagegen eine kleinere Mahlzeit oder ein Getränk.

So bieten wir an drei Tagen der Woche verschiedene Vollkornbrote an, einmal die Woche gibt es frische Brötchen, Vollkorntoast oder Baguette und ein Tag ist unser Müsli-Tag.

Als Belag reichen wir verschiedene Käsesorten, (Frischkäse, Quark, Scheibenkäse, Schmelzkäse), in geringen Mengen und nur an zwei Tagen Wurstwaren (gekochter Schinken, Putenwurst, Salami, Fleischwurst), selbstgekochte Marmelade, Honig. Am Müsli-Tag können sich die Kinder ihre Zutaten selbst zusammenstellen.

Zur Auswahl stehen Haferflocken, Haferfleks, Cornflakes, getrocknete Bananenscheiben, Rosinen, Kokosflocken, frischer Obstsalat, Joghurt, Quark und natürlich Milch.

Selbstverständlich steht für die Kinder ganztägig frisches Obst und Rohkost bereit.



Als Getränke bieten wir den Kindern an unseren Trinkoasen Mineralwasser, ungezuckerte Früchtetees, sowie Kräutertees und Früchteschorlen an, zum Frühstück steht für sie auch Milch bereit.

Unser Nachmittagssnack besteht aus frischem Obst, Gemüse, verschiedenen Brotsorten, Knäckebrot und Frischkäse.

Gemeinsam mit den Kindern bereiten wir Erzieherinnen den Nachmittagsimbiss zu und sorgen für eine ruhige und angenehme Umgebung zum Essen.

Um den Kindern und Eltern durch Beispiele und entsprechende Rezepte attraktive Alternativen zu zeigen, probieren wir diese natürlich mit den Kindern aus.

So stehen Dinkelwaffeln, Obst- und Gemüsesmoothies, Frischkornbrei, Vollkornmuffins, selbst gemachte Aufstriche und vieles mehr auf unserem „Kita-Bistro-Speiseplan.

Und er wird ständig erweitert. Rezepte dazu erhalten die Eltern an der Infowand.





Pädagogisches Konzept

Essen und Trinken bieten den Kindern vielfältige Zugänge für Bildungsprozesse, denn Ernährungswissen ist Wissen um Natur, Nahrungsmittel, ihre Herkunft, ihr Wachsen und die Bedeutung für den Menschen.

Essen ist in unserer pädagogischen Arbeit ein elementarer Bestandteil des Tagesablaufes. Durch den alltäglichen Umgang mit Lebensmitteln und die Zubereitung von Mahlzeiten machen die Kinder vielfältige Sinneserfahrungen und erwerben viele Kompetenzen. Kleine Obst- und Gemüsestückchen schneiden, einen Dipp oder eine Quarkspeise anrühren und abschmecken, fördert die Ausbildung der Sinne. Der Umgang mit unverarbeiteten Lebensmitteln schult dazu ihre Wahrnehmung für Form, Farbe, Geruch und Geschmack.

Ganz nebenher lernen die Kinder den Umgang mit Küchenwerkzeugen, was ihre Motorik und Selbständigkeit fördern.

Gemeinsame Mahlzeiten sind ein wichtiger Bestandteil des sozialen Lebens.

Durch das gemeinsame Essen erfahren die Kinder ein Gemeinschaftsgefühl und erleben soziale und kulturelle Aspekte.

Ein leckeres, gesundes Essen, eine positiv erlebte Tischatmosphäre mit anregenden Gesprächen und ausreichend Zeit stärkt die Genussfähigkeit der Kinder und lässt gemeinsame Mahlzeiten zu besonderen Ereignissen werden.

Tische und Stühle entsprechen der Körpergröße der Kinder, d.h. sie können beim Essen ihre Füße flach auf den Boden setzen.

Als Rituale, kurz vor Beginn des Essens, sagen wir einen Tischspruch oder singen ein Lied und signalisieren den Beginn der Mahlzeiten.

Um eine sinnliche und genussvolle Esskultur zu unterstützen wird der Esstisch gemeinsam mit den Kindern mit Tischschmuck dekoriert.

Das Ess- und Trinkgeschirr ist größtenteils aus Porzellan oder Glas und ermöglicht den Kindern Erfahrung mit zerbrechlichem Material zu machen. Das Besteck ist in Größe und Form für Kinderhände geeignet.



Kannen, Schüsseln und Auffüllbesteck stehen in ausreichender Anzahl und Größe zur Verfügung, so dass auch für kleinere Tischgemeinschaften eine selbstständige Portionierung möglich ist.

Jedes Kind kann dem Entwicklungsstand entsprechend sein Essen selbst auffüllen und sein Getränk eingießen.

Wir ermuntern die Kinder auch unbekannte Speisen zu probieren, akzeptieren aber auch deren Entscheidungsfreiheit. Wir vertrauen auf die Fähigkeit der Kinder, zwischen Hunger und Sättigung unterscheiden zu können. Kein Kind wird von uns zum Essen gezwungen, Reste auf dem Teller werden akzeptiert.

Der zeitliche Rahmen für unsere Mahlzeiten beläuft sich auf ungefähr 45 Minuten, so dass die Kinder ausreichend Zeit haben in Ruhe ihre Mahlzeiten einzunehmen.

*Es gibt nur ein Vergnügen, das größer ist als die Freude gut zu essen;
das Vergnügen, gut zu kochen. Günter Grass*

Ernährungsbildungsmaßnahmen sind in unsere Projekte eingebunden.

So ernten wir zum Beispiel im Herbst die Apfelbäume, die uns von der Gemeinde zur Verfügung gestellt werden mit Kindern und Eltern selbst, verarbeiten sie zu Marmelade und Apfelkompott, essen sie zu den Mahlzeiten und lassen aus der großen Menge Apfelsaft pressen und abfüllen.

In unserem Garten wachsen Obst und Beerensorten, die wir selbst mit den Kindern pflegen, ernten und verarbeiten.

Diverses Gemüse wie Tomaten, Gurken, Kürbisse, Zucchini pflanzen wir in Hochbeeten, ebenso Kräuter wie Petersilie, Schnittlauch, Rosmarin etc., die für die Mahlzeiten genutzt werden. Verschiedene Sorten Pfefferminze finden sich ebenfalls auf unserem Außengelände.

Den Kindern vermitteln wir Verantwortungsgefühl und Sorgfalt für unsere Pflanzen, sie sind begeisterte kleine Helfer.

Wir besuchen unsere regionalen Anbieter, besichtigen den Biobauernhof in der Nähe, eine Apfelplantage und den Gemüselieferanten.

Ein besonderes Erlebnis für die Kinder war die kleine Chokolaterie, in der wir unsere eigenen „Osterhasen“ gießen durften.



Verpflegung bei Festen und Feiern

Feste und Feiern sind lustvolle Ereignisse des Lebens und als Höhepunkte im Jahr meist von besonderen Speisen und Ritualen geprägt. Auch hier achten wir auf eine gesunde Speisenzusammenstellung. Wir bereiten, z.B. Süßspeisen selbst her und verwenden keine Fertig-Süßigkeiten, die viel Zucker und Fett enthalten.

Kommunikation und Zusammenarbeit

Transparenz und Offenheit sind wichtige Eckpunkte unserer pädagogischen Arbeit. Dies gilt natürlich auch besonders für die Ernährung der uns anvertrauten Kinder.

Es finden mit Träger, Erziehern, Elternschaft und den Hauswirtschaftskräften in regelmäßigen Abständen Austausch statt.

Mit den Zulieferern stehen wir im ständigen Kontakt, sind informiert über Herkunft und Qualität der Lebensmittel.

Gelegentliche „Probeessen“ sind nach Absprache mit den Hauswirtschaftskräften ebenfalls möglich.

Ein detaillierter Speiseplan hängt für die Eltern im Eingangsbereich. Ein kindgerechter Speiseplan mit Fotos, finden die Kinder ebenfalls im Eingangsbereich.

Eigene Wünsche dürfen die Kinder immer äußern und werden nach Möglichkeit umgesetzt.

An ihrem Geburtstag können sich die Kinder ein Essen wünschen

In der Regel decken die älteren Kinder den Tisch selbst und basteln jahreszeitliche Dekoration dazu.

Regelmäßige Feedback-Befragungen der Kinder helfen uns, deren Bedürfnisse zu erkennen und umzusetzen, aber auch das direkte Feedback ist wichtig. So freuen sich die Hauswirtschaftskräfte auch auf ein direkt ausgesprochenes Lob der Kinder nach dem Mittagessen.



Bei der Zubereitung des Frühstücks sind die Kinder immer mit einbezogen, schneiden Obst und Rohkost, sie decken und dekorieren den Tisch und helfen beim Aufräumen. Ein detaillierter Frühstücksplan hängt für alle Eltern zugänglich aus.

Besonderheiten wie Brot backen, Obstsalat zubereiten, Marmelade kochen und vieles mehr, finden vor- oder auch nachmittags statt.

Die Frühstücks- und Nachmittagssnacks` erleben die Eltern täglich mit, erhalten Kostproben und Rezepte. Auch bei Veranstaltungen der Kita erleben die Eltern das tägliche Angebot der Verpflegung, da wir Wert darauflegen, den Eltern beispielhaft Varianten unserer Verpflegung anzubieten und darzustellen.

Des Weiteren bieten wir Aktionen an, an denen die Eltern sich beteiligen können, z.B. den Kita-Aktions-Tag, an dem wir alle Familien einladen sich an diesem Tag an verschiedenen Bewegungsstationen zu erproben und als Highlight aktiv beim Kochbus der Initiative „Rheinland-Pfalz isst besser“ eine Mahlzeit zuzubereiten. Sowie die Hilfe bei der Pflanzung und Pflege der Obststräucher oder der Apfelernte. Die Eltern können sich auch selbst einbringen. Unter Anderem erhalten wir oft Obst-/Gemüsespenden, selbst gekochte Marmelade oder landestypische Spezialitäten aus dem jeweiligen Herkunftsland der Familie.





Qualitätssicherung des Verpflegungskonzeptes

Das Thema Ernährung ist ein Kernpunkt unserer Konzeption und pädagogischen Arbeit. Wir legen hohen Wert darauf, den Kindern von klein auf gesunde und abwechslungsreiche Ernährung anzubieten. Hierbei ist es uns wichtig, dass die Kinder aktiv beteiligt sind (z.B. ernten, zubereiten, verzehren). Ein weiterer Schwerpunkt ist die Bewegung. Im September 2019 wurden wir zur Bewegungskita Rheinland-Pfalz ausgezeichnet. Diese beiden Komponenten sind für uns unabdingbar und voneinander abhängig. Denn durch gesunde Ernährung ist Bewegung möglich und durch Bewegung braucht der Körper wieder Nährstoffe.

Die Hauswirtschaftskräfte gehen regelmäßig zu Fortbildungsveranstaltungen und haben die Möglichkeit an der Hauswirtschafterinnen-AG der Verbandsgemeinde Wittlich-Land teilzunehmen. Hier treffen sich alle Hauswirtschafterinnen, die in einer Kita der VG tätig sind. Diese dient zum Austausch und zur Weiterbildung.

Die pädagogischen Fachkräfte haben ebenfalls die Möglichkeit sich in diesem Bereich fortzubilden. So sind 2 Mitarbeiterinnen „Genussbotschafterinnen“ und haben an dem Seminar „Ich kann kochen“ der Sarah-Wiener-Stiftung teilgenommen.

Im März 2019 waren wir auf dem Ernährungskongress – Gut und Nachhaltig: Auf dem Weg zu einer gesunden und leckeren Gemeinschaftsverpflegung für alle Kinder und Jugendlichen in Rheinland-Pfalz vertreten. Wir präsentierten dort unsere pädagogische Arbeit, praktische Hilfsmittel, Rezepte, u.v.m. anhand eines Infostandes. Später waren wir Teil des Workshops „Zwischenverpflegung gut gemacht- Tipps und Tricks für eine gesunde Auswahl“. Hier stellten wir nochmals detailliert unser Angebot der Zwischenverpflegung vor und standen für Fragen bzgl. der Umsetzung und praktischen Tipps zur Verfügung.

Ein weiteres Projekt, das wir, neben den Bestehenden, anstreben, sind Kochkurse für die Kinder, bei denen sie einen ganzen Ablauf der Zubereitung kennen und umsetzen



lernen. Also von der Vorbereitung, über das Rezept, bis hin zum Aufräumen und probieren.

