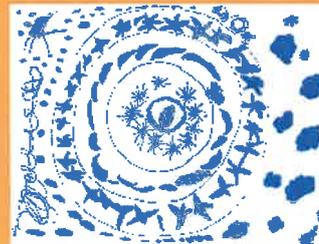




# Verpflegungskonzept in unserem Kinderhaus



Kath. Kinderhaus St. Johannes  
Waldstraße 4  
83257 Gstadt a. Chiemsee



Stand:

**KiTa-Verbund**



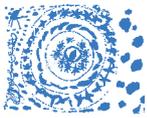
**Selige Irmengard**



## **Gliederung**

### Vorwort

1. Zugrundeliegende Werte beim Umgang mit Lebensmitteln und Speisen
2. Gesundheitsförderung
  - 2.1 Bedeutung der Ernährung für die kindliche Entwicklung
  - 2.2 Angebote der Ernährungsbildung und die Verknüpfung mit anderen Bildungsbereichen
3. Verpflegungsangebot in der Einrichtung und Organisation
  - 3.1 Brotzeit
  - 3.2 Mittagessen
  - 3.3 Nachmittag
  - 3.4 Getränke
  - 3.5 Organisation
4. Umgang mit besonderen Verpflegungssituationen
  - 4.1 Geburtstagsfeier und Feste
  - 4.3. Umgang mit Lebensmittelunverträglichkeiten
  - 4.4 „Ankerlebensmittel“ als Hilfestellung
5. Speiseplanung
  - 5.1 Richtlinien für die Auswahl des Speiseangebots
  - 5.2 Qualitätskriterien für die Wahl des Essenslieferanten
  - 5.3 Gestaltung der Zusammenarbeit mit der Hauswirtschaftskraft
6. Pädagogische Begleitung von Mahlzeiten
  - 6.1 Die Bedeutung einer feinfühligem und achtsamen Mahlzeitenbegleitung
  - 6.2 Förderung von Selbstständigkeit und Selbstwirksamkeit
  - 6.3 Einführung und Überprüfung von Regeln
  - 6.4 Berücksichtigung der individuellen Entwicklung des Kindes
7. Partizipation der Kinder
  - 7.1 Beteiligung bei der Auswahl von Speisen
  - 7.2 Beteiligung bei der Gestaltung der Räume und Tische
  - 7.3 Beteiligung bei der Vereinbarung von Regeln
  - 7.4 Beteiligung durch Verantwortungsübernahme (z. B. Tischdienst)
8. Zusammenarbeit mit Eltern
  - 8.1 Das Thema Essen im Aufnahmegespräch
  - 8.2 Jährliche Entwicklungsgespräche und im ersten Elternabend
9. Qualitätssicherung
  - 9.1 Kontrolle der gesetzlichen Vorgaben (Lebensmittelverordnung, Arbeitsschutz, Unfallschutz, Kindersicherheit, Gefährdungsbeurteilung)
  - 9.2 Beobachtung und Dokumentation
  - 9.3 Reflexion und Evaluierung im Team, Eltern und Kinder



## Vorwort

Die pädagogische Begleitung von Essenssituationen ist teilweise eine große Herausforderung, da Essen eng mit Emotionen und somit immer wieder auch mit Konflikten in Verbindung steht.

Die UN-Kinderrechtskonvention, die die Rechte der Kinder definiert, ist einer der zentralen Orientierungsrahmen für professionelles Handeln, auch während der Mahlzeiten.

In der vorliegenden Handreichung geht es vor allem um eine qualitativ hochwertige pädagogische Gestaltung und Begleitung von Mahlzeiten.

Es werden Aspekte der kindlichen Entwicklung und weitere Themen, die im Zusammenhang mit Essen und Ernährung stehen, kurz skizziert.

Diese bilden den Rahmen für die konkrete Mahlzeitengestaltung im Kita Alltag. Die Zusammenarbeit mit den Eltern und im Team ist ein wichtiger Bestandteil für eine hohe pädagogische Qualität.

### 1. Zugrundeliegende Werte beim Umgang mit Lebensmitteln und Speisen

#### Gesundheit und nachhaltige Ernährung

Die Gesundheit der Kinder ist eines der großen Ziele des Bayerischen Bildungs- und Erziehungsplans (BEP). Dabei ist eine gesunde Ernährung nur ein Teil der Gesundheitsförderung. Daneben geht es auch um die Stärkung sozialer und persönlicher Ressourcen sowie um die Stärkung eines positiven Selbstkonzepts. (vgl. BEP 2016: 360)

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) beschreibt in ihrer Handreichung „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder“ vier Dimensionen von Nachhaltigkeit bezogen auf die Ernährung: Gesundheit, Ökologie, Gesellschaft und Wirtschaftlichkeit (vgl. DGE 2009: 38f.).

Bezogen auf die Ökologie meint nachhaltiges Handeln, den gesamten Prozess der Produktion von Speisen in den Blick zu nehmen. Beginnend vom Einkauf, über die Produktherstellung bis hin zur Abfallentsorgung bzw. Weiterverarbeitung des Abfalls.

Gesellschaftlich gesehen bedeutet Nachhaltigkeit ein gerechter Umgang mit weltweiten Produktionspartnern, Lieferanten und Angestellten vor Ort sowie ein verantwortungsvoller Umgang mit Tieren.

Darauf legen wir sehr großen Wert und achten bei Lebensmitteln und Speisen auf die Einhaltung.



## 2. Gesundheitsförderung

### 2.1 Bedeutung der Ernährung für die kindliche Entwicklung

Neben der Ernährungs- und Esskulturbildung geschehen während der Mahlzeiten auch eine Reihe anderer Bildungsprozesse. Im Gegensatz zu den sehr spezifischen pädagogischen Angeboten werden diese auf natürliche Weise initiiert.

Damit einhergehend werden die unterschiedlichsten Entwicklungsbereiche der Kinder gefördert. (vgl. Höhn 2017: 10) Im Folgenden wird auf die Bereiche Motorik und Wahrnehmung, Kognition und Wissen, Sprache und Kommunikation sowie soziale Kompetenzen eingegangen, die sich inhaltlich an den Ausführungen von Höhn (2017: 10ff.) orientieren.

#### Motorik und Wahrnehmung:

In der Regel lernen Kinder in den ersten beiden Lebensjahren das Essen. Dabei erwerben sie die motorischen Fähigkeiten mit den Lippen Speisen vom Löffel zu nehmen und diese mit der Zunge so im Mund zu bewegen, dass sie nicht wieder hinausbefördert werden. Sie lernen außerdem, ohne Unterstützung der Zunge Nahrungsmittel zu schlucken. Beim Kauen werden zudem Muskeln in Kiefer, Mund und Gesicht trainiert. Weiterhin werden durch das gezielte Greifen sowie das Hantieren mit Geschirr und Besteck feinmotorische Fähigkeiten, einschließlich der Auge-Hand-Mund-Koordination, geübt. Durch das Kennenlernen unterschiedlicher Geschmäcker, Gerüche und Beschaffenheit von Nahrungsmitteln werden zudem verschiedene sinnliche Wahrnehmungsbereiche angesprochen und gefördert.

#### Kognition und Wissenserwerb:

Vor allem mathematische Vorläuferfähigkeiten werden während der Mahlzeiten gefördert. Dazu gehören z. B. die Mengenerfassung (Anzahl, Gewichte von Nahrungsmitteln), das Kategorisieren (Teller, Gläser, Besteck beim Decken des Tisches) und Sortieren. Darüber hinaus erwerben Kinder Wissen über unterschiedliche Nahrungsmittel, gesundheitsförderliche Ernährung und verschiedene Zubereitungsformen.

#### Sprache und Kommunikation:

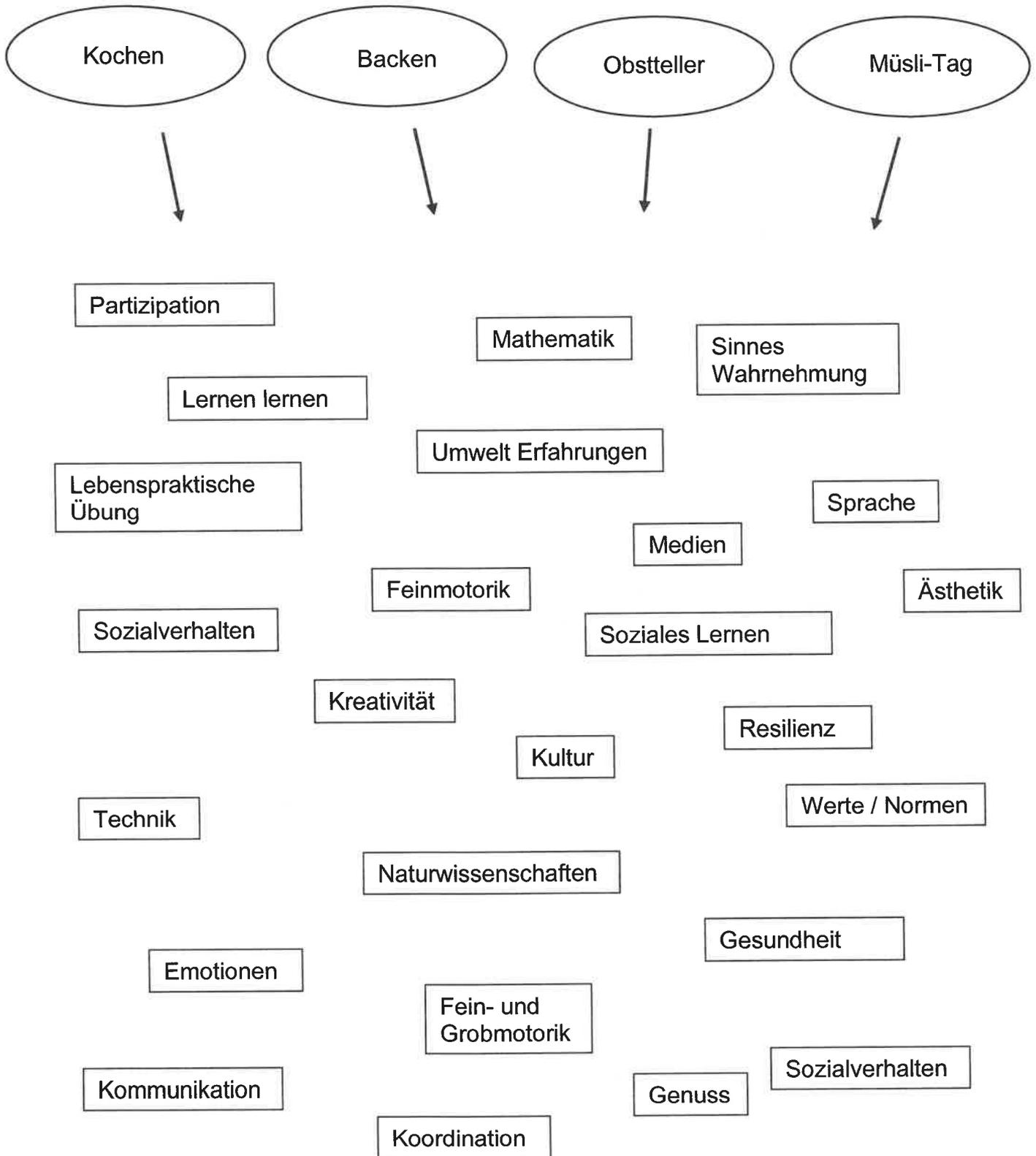
Der Wortschatz der Kinder erweitert sich um Begrifflichkeiten in Zusammenhang mit der Zubereitung und dem Verzehr von Speisen. Sie lernen Hunger, Durst und Sättigung zu benennen und ihre Bedürfnisse, Vorlieben und Abneigungen verbal und nonverbal mitzuteilen. Diese Fähigkeiten können sie im Dialog mit den pädagogischen Fachkräften und anderen Kindern üben und stetig weiter ausbauen.

#### Soziale und emotionale Kompetenzen:

Kinder lernen im Zusammenhang mit Mahlzeiten Rituale kennen und diese umzusetzen. Sie gestalten Regeln mit und lernen diese einzuhalten. Bezogen auf Unterschiede in den Esskompetenzen und der Speisenauswahl (Allergien, religiöse oder kulturelle Besonderheiten) lernen sie tolerant zu sein. Sie übernehmen Verantwortung für bestimmte Aufgaben, schließen Kompromisse, warten ab und teilen. Je sensibilisierter pädagogische Fachkräfte für all diese Entwicklungsbereiche sind, desto leichter wird es ihnen fallen, Impulse der Kinder aufzugreifen und somit weitere Bildungsprozesse zu entwickeln.



## 2.2 Unsere Angebote bei der Ernährungsbildung und die Verknüpfung mit anderen Bildungsbereichen





### 3. Verpflegungsangebot in der Einrichtung und Organisation

3.1 Brotzeit – in der Zeit bis 10 Uhr können die Kinder ihre selbst mitgebrachte Brotzeit einnehmen – in der Krippe wird die Brotzeit gemeinsam umgesetzt.

3.2 Mittagessen – hier haben wir eine Köchin, die das Essen zubereitet. Die Kinder können im Speiseraum in pädagogischer Begleitung das Mittagessen einnehmen. Die Krippenkinder essen im Gruppenraum.

3.3 Nachmittag - hier wird um ca. 15 Uhr ein Obstteller angeboten

3.4 Getränke – In der Regel wird Wasser zu den Mahlzeiten, bei Festen z. B. Kinderpunsch angeboten.

#### 3.5. Organisation

Die einzelnen Essensgruppen gestalten die Umsetzung. Die pädagogische Begleitung der Mahlzeiten werden mit entsprechenden Regeln umgesetzt. Die Kinder werden mit Sensibilität, ohne Druck und Zwang begleitet.

### 4. Umgang mit besonderen Verpflegungssituationen

Grundsätzlich setzen wir eine ausgewogene und gesunde Ernährung nach den Empfehlungen der deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) voraus.

Bei einer veganen Ernährung richten wir uns nach den Empfehlungen des Bundeszentrum für Ernährung:

*Das Bundeszentrum für Ernährung und das Netzwerk Gesund ins Leben raten von einer rein veganen Ernährung von Kleinkindern dringend ab. Eltern, die sich dennoch dafür entscheiden, ihr Kind vegan oder auch vegetarisch zu ernähren, sollten sich an eine Beratungsstelle wenden und die Nährstoffversorgung regelmäßig vom Kinderarzt überprüfen lassen.  
(Bundeszentrum für Ernährung 2020)*

#### 4.1 Geburtstagsfeier und Feste

Die mitgebrachten Speisen müssen wie im Bildungsvertrag der Anlage 5 Infoblatt für Lebensmittelhygiene beschrieben, entsprechen. (Anhang) Diese mitgebrachten Speisen werden durch die Gruppen oder dem Elternbeirat mittels „Mitbringlisten“ organisiert.

#### 4.3. Umgang mit Lebensmittelunverträglichkeiten, religiöse Aspekte:

Wir können auf Lebensmittelunverträglichkeiten reagieren und respektieren die kulturellen und religiösen Esskulturen der Kinder und Familien.



#### 4.4 „Ankerlebensmittel“ als Hilfestellung

Unter Ankerlebensmitteln werden solche verstanden, die allen Kindern schmecken und immer auf Vorrat in der Einrichtung vorhanden sind (z. B. Knäckebrot und Äpfel). Anhand der Informationen aus dem Aufnahmegespräch und gezielter Beobachtungen können diese von den pädagogischen Fachkräften eingesetzt werden. Ankerlebensmittel werden einem Kind nur dann gereicht, wenn diesem die Mahlzeit und die verschiedenen Komponenten angeboten wurden, es an diesem Tag bisher noch nichts oder kaum was gegessen hat und deutlichen Hunger und eine damit einhergehend Belastung zeigt.

### 5. Speiseplanung

#### 5.1 Richtlinien für die Auswahl des Speiseangebots

Wir orientieren uns bei der Auswahl der Lebensmittel und des Speiseangebots an der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE).

#### 5.2 Qualitätskriterien für die Wahl der Einkäufe:

Richtet sich nach Regionalität; Bioqualität; Saisonalität; Kosteneffizienz; frische, gesunde und ausgewogene Zutaten;

#### 5.3 Gestaltung der Zusammenarbeit mit der Hauswirtschaftskraft:

Wir haben den „Luxus“ in unserem Haus, eine Köchin beschäftigen zu können. Die Köchin erarbeitet eigenständig die Speisepläne und setzt den Einkauf um.

Wir beziehen eine wöchentliche Obstlieferung von Staat, das sogenannte „Schulobst“, von einem örtlichen Supermarkt

### 6. Pädagogische Begleitung von Mahlzeiten

#### 6.1 Die Bedeutung einer feinfühligem und achtsamen Mahlzeitenbegleitung

Kinder lernen im Verlauf, ähnlich wie Erwachsene, ihren Hunger und das Speiseangebot abzuwägen. Sie suchen sich das aus, was ihnen am besten schmeckt, um ihren Hunger zu stillen. Immer wieder gibt es daher im Kita-Alltag Situationen, in denen Kinder Speisen ablehnen. Dies respektieren wir stets als individuelle Entscheidung und benennen dies auch so. Eine differenzierte sprachliche Begleitung signalisiert dem Kind, dass die Entscheidung akzeptiert wird.



## 6.2 Förderung von Selbstständigkeit und Selbstwirksamkeit

Kinder entscheiden grundsätzlich selbstständig, was und wie viel sie von den angebotenen Speisen essen. Nur so können Sie lernen, Hunger und Sättigung wahrzunehmen und die Essmenge an ihren Bedarf anzupassen. Dies fördert ein gesundes Essverhalten und beugt Übergewicht vor. Besonders wichtig ist es uns, Essen nicht als Druckmittel oder Belohnung einzusetzen, Kinder die sich viel aufgehäuft haben, werden nicht gedrängt, den Teller leer zu essen oder Speisen die nicht mehr gewollt werden, zu essen.

Wir üben keinen Druck oder Zwang beim Probieren von unbekanntem Lebensmitteln aus.

## 6.4 Berücksichtigung der individuellen Entwicklung des Kindes

Je nach Entwicklungsstand der Kinder werden die Speisen angeboten.

Wir erachten es als sinnvoll, den Kindern eine kleine Probiermenge beim ersten Teller auszugeben. Beim zweiten Teller kann es frei entscheiden was und wie viel die Kinder essen möchten. Wir gehen grundsätzlich mit dem Kind in Kommunikation damit es lernt, die Mengen dem Hunger anzupassen.

## 6.5 Konflikte bei der Essenssituation

Ursachen für Konflikte mit Kindern, die während der Mahlzeiten ausgetragen werden, können sowohl die angebotenen Speisen selbst als auch vorangegangene (konfliktreiche) Situationen sein.

Wir achten sehr sensibel darauf hier zu unterscheiden, um welche Konflikte es sich in welchem Kontext handelt. Danach werden wir dies pädagogisch achtsam bearbeiten und die Rechte der Kinder berücksichtigen.

## 7. Partizipation der Kinder

### 7.1 Beteiligung bei der Auswahl von Speisen

Da wir die Besonderheit einer angestellten Hauswirtschafterin / Köchin haben und diese schon sehr lange in unserem Haus die Speisen zubereitet, kann Sie die Vorlieben und Wünsche für eine optimale Zusammenstellung der Speisen mit den Kindern sehr gut abstimmen.

Die Kinder können sich an der Auswahl der Speisen beteiligen und bewerten die Qualität. Ein direktes und faires Feedback der Kinder ist uns wichtig.



## 7.2 Beteiligung bei der Gestaltung der Räume und Tische

Die Ideen der Kinder stehen bei der Gestaltung der Tische im Fokus.

## 7.3 Beteiligung bei der Vereinbarung von Regeln –

Diese werden mit den Kindern besprochen und für die Einhaltung sind die Kinder zuvörderst mit einbezogen. Sie werden in regelmäßigen Abständen gemeinsam reflektiert.

## 7.4 Beteiligung durch Verantwortungsübernahme (z. B. Tischdienst)

Je nach Entwicklung werden die Kinder in die Verantwortung miteinbezogen.

## 8. Zusammenarbeit mit Eltern

Das Thema Essen im Aufnahmegespräch und täglichem Austausch:

In diesem Gespräch mit den Familien müssen wir ausreichend, detaillierte Kenntnisse über die Ernährung und das Essen in der Familie erhalten.

Informationen über Unverträglichkeiten, religiöse Gegebenheiten müssen in der Kita umgesetzt werden.

Intensive Kommunikation bei Essensverweigerung oder bei Veränderungen im Essverhalten fordern einen Austausch mit den Eltern.

Eine gute Gelegenheit ist das jährliche Entwicklungsgespräch und / oder der erste Elternabend.

## 9. Qualitätssicherung:

9.1 Die Kontrolle der gesetzlichen Vorgaben (Lebensmittelverordnung, Arbeitsschutz, Unfallschutz, Kindersicherheit, Gefährdungsbeurteilung) wird durch den Arbeitgeber, der Einrichtungsleitung und dem Gesundheitsamt umgesetzt.

9.2 Die Beobachtung und Dokumentation werden von den Pädagoginnen und der Köchin umgesetzt und dokumentiert.

9.3 Durch Reflexion und Evaluierung im Team, der Eltern und Kinder ist ein kontinuierlicher Austausch gewährleistet und es kann effizient reagiert werden. Durch die jährliche Elternbefragung kann hier auch zurückgegriffen werden, um Verbesserungen anzustreben.

### Literatur:

- Bundeszentrum für Ernährung (2020): Vegane Ernährung für Kleinkinder ungeeignet: Nährstoffmangel gefährdet Gesundheit des Kindes. Bonn.
- Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (2009): DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder. Bonn.
- Bayerisches Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales; Staatsinstitut für Frühpädagogik München (2016): Der bayrische Bildungs- und Erziehungsplan für Kinder in Tageseinrichtungen bis zur Einschulung. Berlin: Cornelsen Verlag

