

## Essen lernen in der Kita

### Workshop zur Gestaltung der Kita-Verpflegung für 1-3-jährige Kinder

Der Alltag in den Kindertagesstätten hat sich durch den Ausbau der Betreuungsangebote für Kinder unter drei Jahren nachhaltig verändert. Pädagogische und hauswirtschaftliche Kräfte werden im Bereich der Ernährungsbildung und der Bereitstellung einer gesunden Verpflegung für Kleinkinder vor neue Herausforderungen gestellt.

Im Rahmen des Workshops setzen sich die Teilnehmer/-innen mit den Bedingungen zur Umsetzung einer ausgewogenen Ernährung auseinander und beschäftigen sich mit folgenden Fragen:

- Welche Faktoren prägen das kindliche Essverhalten?
- Was und wie viel sollen Kinder essen?
- Wie gelingt der Umgang mit „schwierigen Essern“?
- Was ist bei der Speiseplangestaltung zu beachten?

### Programm (4 Stunden)

<b>Begrüßung und Einführung, Vorstellungsrunde TN und Erwartungsabfrage</b>	<b>(30 Minuten)</b>
<b>Kinder zwischen 1 und 3 Jahren: Was und wie viel ist empfehlenswert?</b>	<b>(45 Minuten)</b>
<b>Entwicklung des Essverhaltens im Kleinkindalter</b>	<b>(45 Minuten)</b>
<b>Pause</b>	<b>(30 Minuten)</b>
<b>Kindliche Esstypen – Vom Suppenkasper bis zur Raupe Nimmersatt, Vortrag und Ideenkarussell</b>	<b>(60 Minuten)</b>
<b>Zusammenfassung</b>	<b>(25 Minuten)</b>
<b>Abschied und Ende der Veranstaltung</b>	<b>(5 Minuten)</b>