

Ernährung in der Kita – ein Thema für Fachberatungen

Skript zu den Inhalten des Vortrages „Was macht eine gute Kitaverpflegung aus?“

im Rahmen des Fachtages für Fachberatungen im Projekt :

„Gut Essen und Trinken in Kindertageseinrichtungen durch Qualitätsentwicklung:“

Gabriele Janthur

Verbraucherzentrale NRW

Düsseldorf, August 2020

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Inhalt

Ernährung in der Kita – ein Thema für Fachberatungen	1
Speise- und Getränkeangebot.....	3
DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder	4
Speiseplancheck	7
Rahmenbedingungen für eine gute Kitaverpflegung:	7
Räumliche Voraussetzungen	7
Verpflegungssystem und Raumbedarf	8
Fachkräfte für die Kita-Küche	10
Essensbeitrag zur Verpflegung	10
Starke Familien Gesetz – als Ergänzung zum Bildungspaket.....	11
Qualitätssicherung	11
Caterer	12
Allergenmanagement.....	13
Verpflegung als Aufgabe im Team.....	14
Strukturen im Umfeld der Kita zur Unterstützung einer ausgewogenen Verpflegung in der Kita ...	15
Ernährungsbildung	16
Zusammenarbeit mit Eltern	17

Sehr geehrte Teilnehmer/-innen!

Vor dem Hintergrund der gestiegenen Betreuungszeiten in der Kita und den damit verbundenen Mahlzeiten in Kindertageseinrichtungen, hat die Ernährung neben anderen Qualitätsmerkmalen einen hohen Stellenwert erlangt. Ein Ernährungskonzept ist eng mit dem pädagogischen Konzept verknüpft. Hohe pädagogische Qualität wird deutlich, wenn alle Esssituationen als Bildungssituation und nicht als lästige Routine gesehen und zum Lernen genutzt werden.

Im Rahmen von Mahlzeiten werden Sozial- und Alltagskompetenzen gefestigt und Essgewohnheiten entwickelt. Der Umgang mit Geschirr und Besteck, Essen und Lebensmitteln wird erlernt und das soziale Miteinander gestärkt. Ein schön gedeckter Tisch und lockere Gespräche fördern das ästhetische Empfinden und die sprachliche Kompetenz.

Partizipieren Kinder bei der Vor- und Nachbereitung des Essens, erwerben sie weitere Kompetenzen und übernehmen Verantwortung. Die Selbstständigkeit und das Einschätzen des eigenen Hungergefühls werden z.B. gefördert, wenn Kinder sich den Teller selbst füllen und dabei Selbstwirksamkeit erfahren.

Für die Umsetzung einer guten Kitaverpflegung werden in der Literatur verschiedene Ansatzpunkte genannt, die durch unsere Erfahrung in der Beratung zur Gemeinschaftsverpflegung bestätigt werden. Demnach betrachten wir im Rahmen dieses Fachtages für Fachberatungen die Punkte Speise- und Getränkeangebot, die Rahmenbedingungen für die Verpflegung, die Qualitätssicherung und die Verpflegung als Aufgabe im Team. Darüber hinaus sind Themen wie einen Caterer auswählen, die Nutzung externer Partner, die Zusammenarbeit mit den Eltern und die Gestaltung des Essensbeitrags von Bedeutung.

Speise- und Getränkeangebot

Die Empfehlungen für die Kitaverpflegung basieren auf den allgemeinen Ernährungsempfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE), die gemeinsam mit den Fachgesellschaften aus Österreich und der Schweiz als D-A-CH-Referenzwerte veröffentlicht werden. Demnach sollte die Versorgung des Körpers mit **Energief**lieferanten in etwa wie folgt aussehen:

20 % Protein

30 % Fett

50 % Kohlenhydrate

Eine **Hauptmahlzeit** liefert 25-30 % der Energie, eine **Zwischenmahlzeit** liefert ca. 10 % der Energie, vorausgesetzt, man verteilt das Essen über den Tag auf drei Haupt- und zwei Zwischenmahlzeiten. Da Kinder im Verhältnis zu Körpergröße und -Gewicht mehr Energie benötigen und über einen kleinen Magen nicht so viel auf einmal aufnehmen können, ist die Verteilung auf insgesamt fünf Mahlzeiten sinnvoll.

Um eine Größenordnung für die Energiemengen zu nennen:

Der Energiebedarf liegt bei 1.200 – 1.600 kcal/ Tag bei 1- 6 Jährigen.

Diese Empfehlungen bilden die Grundlage für die entwickelten Qualitätsstandards für die Gemeinschaftsverpflegung.

DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder

Ziel des „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder“ ist es, alle Verantwortlichen im Bereich der Kita bei der Umsetzung einer bedarfsgerechten und ausgewogenen Verpflegung zu unterstützen. Mit der Umsetzung dieser Standards in der Kita, soll allen Kindern ein vollwertiges Mahlzeitenangebot zur Verfügung stehen.

Wichtige Eckpunkte im DGE-Qualitätsstandard sind z.B.

- Der Menüzyklus beträgt mindestens 4 Wochen.
- Vegetarische Gerichte werden angeboten.
- Es beinhaltet saisonale und regionale Angebote.
- Kulturspezifische/religiöse Ernährungsgewohnheiten werden berücksichtigt.
- Speisen werden eindeutig benannt, Phantasienamen erklärt.
- Allergikern wird die Essensteilnahme ermöglicht.
- Kinderwünsche werden angemessen berücksichtigt.



Außerdem benennt der DGE-Qualitätsstandard optimale Lebensmittel für die Auswahl bei Frühstück und Mittagessen und macht Aussagen dazu, wie häufig maximal oder minimal einzelne Lebensmittel auf dem Speiseplan stehen sollen. Einen Überblick gibt die nachfolgende Tabelle:

Lebensmittelgruppe	Optimale Auswahl	Häufigkeit
Stärkekomponenten: Kartoffeln, Reis, Nudeln, Brot und andere Getreideprodukte	Vollkornprodukte, z.B. VK-Nudeln Parboiled Reis und Naturreis Kartoffeln	5 x davon: mind. 1 x Vollkornprodukte max. 1 Kartoffelerzeugnis
Gemüse, Salat und Hülsenfrüchte	Frisch oder TK-Ware	5 x davon: mind. 2 x Rohkost oder Salat
Obst	Frisch oder TK-Ware, ohne Zucker	Mind. 2 x
Milch und Milchprodukte	Milch, Naturjoghurt: 1,5 % Fett Käse: max. 50% i. Tr. Quark: max. 20 % Fett	Mind. 2 x
Fleisch und Wurst	Mageres Muskelfleisch	Max. 2 x Fleisch/Wurst davon: mind. 1 x mageres Muskelfleisch
Fisch	Seefisch aus nicht überfischten Beständen	Mind. 1 x
Fette und Öle	Rapsöl ist Standardöl Walnuss-, Weizenkeim-, Oliven- oder Sojaöl	
Getränke	Trinkwasser Kräuter, Früchtetee ungesüßt	5 x

Quelle: DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder, Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. Bonn, 2014

Die Angaben zu entsprechenden Lebensmittelmengen finden sich im DGE-Qualitätsstandard auf Seite 48.

Zusätzlich gibt es auch Empfehlungen für eine rein **vegetarische Verpflegung**. Dabei wird besonderer Wert gelegt auf die Auswahl verschiedener pflanzlicher Öle, von Hülsenfrüchten und Nüssen für den Speiseplan (www.fitkid-aktion.de).

Lebensmittelgruppe	optimale Auswahl	Häufigkeit
Getreide, Getreideprodukte, Kartoffeln	Vollkornprodukte Parboiled Reis oder Naturreis Speisekartoffeln (als Rohware ungeschält oder geschält)	20 x <u>davon:</u> mind. 4 x Vollkornprodukte max. 4 x Kartoffelerzeugnisse
Gemüse und Salat	Gemüse, frisch oder tiefgekühlt	20 x <u>davon:</u> mind. 8 x Rohkost oder Salat mind. 4 x Hülsenfrüchte
Obst	Obst, frisch oder tiefgekühlt ohne Zuckerzusatz	mind. 8 x Obst <u>zusätzlich:</u> mind. 4 x Nüsse, Kerne oder Ölsamen
Milch und Milchprodukte, Hühnereier	Milch: 1,5 % Fett Naturjoghurt: 1,5 % - 1,8 % Fett Käse: max. Vollfettstufe (≤ 50 % i. Tr.) Speisequark: max. 20 % Fett i. Tr.	mind. 8 x Milch- und Milchprodukte
Fette und Öle	Rapsöl ist Standardöl Walnuss-, Weizenkeim-, Oliven- oder Sojaöl	
Getränke	Trink-, Mineralwasser Früchte-, Kräutertee, ungesüßt Rotbuschtee, ungesüßt	20 x

Zusätzlich: max. 1 x Fleischersatzprodukte, max. 1 x frittierte/panierte Produkte wöchentlich

Auch zum **Frühstück** und zum Nachmittagssnack sind entsprechende Angaben für die optimale Lebensmittelauswahl enthalten.

Lebensmittel-gruppe	optimale Auswahl	Beispiele zur praktischen Umsetzung
Getreide, Getreideprodukte und Kartoffeln		Brot, Brötchen; Mischung aus verschiedenen Getreideflocken, Leinsamen und Trockenfrüchten
Gemüse und Salat	Gemüse, frisch oder tiefgekühlt Salat	Möhre, Paprika, Gurke, Kohlrabi, Tomaten als Rohkost z.B. in Scheiben oder Stifte geschnitten, als Brotbelag Kopfsalat, Eisbergsalat, Feldsalat, Endivien, Eichblattsalat, Gurke, Möhre, Tomate z.B. als gemischte Salat, als Brotbelag
Obst	Obst, frisch oder tiefgekühlt ohne Zuckerzusatz	Apfel, Birne, Pflaumen, Kirschen, Banane, Mandarine, im Ganzen oder als Obstsalat, -spieße
Milch und Milchprodukte	Milch: 1,5 % Fett Naturjoghurt: 1,5 % bis 1,8 % Fett Käse: max. Vollfettstufe (≤ 50 % Fett i. Tr.) Speisequark: max. 20 % Fett i. Tr.	Als Trinkmilch, selbstgemachte Mixgetränke (ungesüßt) Pur, mit frischem Obst, Dip, Dressing Als Brotbelag Gouda, Feta, Camembert, Tilsiter Kräuterquark, Dip, Brotaufstrich, mit frischem Obst
Fleisch, Wurst, Fisch, Ei	Fleisch- und Wurstwaren als Belag: max. 20 % Fett Seefisch aus nicht überfischten Beständen ¹²	Putenbrust (Aufschnitt), Truthahn-Mortadella, Kochschinken, Bierschinken Thunfisch, Rollmops
Fette und Öle	Rapsöl, Walnuss-, Weizenkeim-, Oliven- oder Sojaöl	Dressing (werden Streichfette verwendet, sollte damit sparsam umgegangen werden)
Getränke	Trink-, Mineralwasser, Früchte-, Kräutertee, ungesüßt, Rotbuschtee, ungesüßt	Hagebutten-, Kamillen-, Pfefferminztee

Die Entscheidung, ob ein Frühstück angeboten wird, hängt auch von der räumlichen Ausstattung der Kita ab. Eine Küchenzeile oder eine Kinderküche in den Gruppenräumen ist z.B. von Vorteil. Das mitgebrachte Frühstück oder das Frühstücksangebot der Kita, beides hat Vor- und Nachteile:

Frühstück mitgebracht

Frühstück als Angebot der Kita

<ul style="list-style-type: none"> • Süßigkeiten in der Box 	<ul style="list-style-type: none"> • Einheitliches Angebot für alle Kinder
<ul style="list-style-type: none"> • Neid und Diskussionen 	<ul style="list-style-type: none"> • Organisation und Einkauf durch Kita
<ul style="list-style-type: none"> • kein Aufwand für Kita 	<ul style="list-style-type: none"> • Gleichbehandlung aller Kinder
<ul style="list-style-type: none"> • Diskussionen mit Eltern über Inhalt der Box 	<ul style="list-style-type: none"> • Angebot nach Vorgaben der Kita (Konzept)
<ul style="list-style-type: none"> • Kinder können Frühstück tauschen 	<ul style="list-style-type: none"> • Möglichkeiten für Ernährungsbildung

Zur Unterstützung einer guten Umsetzung der Empfehlungen bietet die DGE entsprechende Fachkräfteseminare an. Auch die Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung NRW unterstützt mit Workshops, telefonischer Beratung und individueller vor-Ort-Beratung

www.kita-schulverpflegung.nrw

Materialien zu Portionsgrößen oder zu empfehlenswerten Zwischenmahlzeiten finden sich auch unter: www.kern.bayern.de/publikationen

Speiseplancheck

Wenn man selbst überprüfen möchte, wie es um die Verpflegung in einzelnen Kitas bestellt ist und ob die Auswahl der Lebensmittel nahe am DGE-Qualitätsstandard ist, kann man mit unserem Speiseplancheck einen Überblick erhalten und gegebenenfalls nachsteuern: (www.kita-schulverpflegung.nrw/speiseplancheck)

Speisenplan-Check							
Zählvorlage als Strichliste							
Gruppe	Menükomponente lt. Speiseplan	1. Woche	2. Woche	3. Woche	4. Woche	Summe	DGE Empfehlung
1	Süßigkeiten						20
	In. Brot und Kte						mind. 4
	davon Kartoffelerzeugnisse						max. 4
2	Gemüse, Hülsenfrüchte und Salat						20
	davon Rohkost oder Salat						mind. 8

mit praktischer Strichliste

Speiseplan-Check in 3 Schritten, mit Zählhilfe und Hinweisen

Rahmenbedingungen für eine gute Kitaverpflegung:

Räumliche Voraussetzungen:

In vielen Kitas werden die Mahlzeiten im Gruppenraum eingenommen, weil gesonderte Räume nicht zur Verfügung stehen. Gruppenräume, die ansonsten als Spiel-Bau- und Bastelplatz genutzt werden, müssen in kurzer Zeit umfunktioniert werden. Bei Umbau oder Neubau einer Einrichtung lautet die Empfehlung ganz klar: Planung eines gesonderten **Essraumes**! Neben organisatorischen Vorteilen können die Kinder hier außerdem ohne Ablenkung durch Spielsachen oder evtl. abholende Eltern ihre Mahlzeiten einnehmen.

Selbständig Essen zu lernen braucht Übung und Zeit. Diese Zeit zum Essen kann in einem separaten Essraum eher eingeräumt werden, da die Tische für andere Aktivitäten nicht weiter blockiert sind. Trotzdem sind feste Zeiten zum Essen wichtig, genauso wie „essenfreie“ Zeiten, sie geben Rhythmen und Struktur.

Verpflegungssystem und Raumbedarf

Die Entscheidung für oder gegen ein bestimmtes Verpflegungssystem ist, wie bereits erwähnt, entscheidend von den räumlichen Voraussetzungen abhängig. Neben Grundvoraussetzungen, wie z.B. einer speziellen Gastronomie-Spülmaschine mit entsprechender Temperatur beim Spülvorgang, erfordert die Zubereitung von Salat oder Rohkost neben der Zubereitung eines Desserts eine besondere Ausstattung, die nicht in jeder einfachen Haushaltsküche vorhanden ist. Die wichtigsten Verpflegungssysteme seien hier kurz genannt:

- Frischküche/ Mischküche - **Cook & Serve**: selbst gekocht in der Kita
- Aufbereitungsküche- **Cook & Chill / Cook & Freeze**: gekocht und gekühlt / gekocht und tiefgekühlt
- Warmverpflegung/ Verteilerküche - **Cook & Hold**: gekocht und warmgehalten

Eine geeignete Küche, je nach Verpflegungssystem soll mit ihrer Ausstattung die hygienisch einwandfreie Zubereitung oder Aufbereitung der Mahlzeiten ermöglichen. Dazu gehören auch ausreichend Platz und jeweils geeignete Lagermöglichkeiten für Lebensmittel, Speisekomponenten, Behälter, Abfallentsorgung etc.

Häufige Fehler bei der Einrichtung einer Küche sind:

- Zu wenig Arbeitsfläche
- Zu wenig Stauraum für Küchenbedarf, Getränke, Leergut, Reinigungsmittel...
- Nicht bedarfsgerechte Geräteausstattung, wie z.B. zu hoher Geschirrwagen
- Unpassende oder zu wenig Müllbehälter für Abfälle und Mülltrennung
- Lüftung mit hoher Geräuschbelastung

Aus: Selbst kochen in der Kita – so geht’s, Fachzentrum Ernährung/Gemeinschaftsverpflegung Unterfranken, www.ernaehrung.bayern.de

In Kitas werden häufig Mittagessen für 40 – 100 Kinder zubereitet oder angeboten. Dies entspricht etwa 20 – 50 Portionen für Erwachsene. Die dafür notwendige Ausstattung der Küche liegt zwischen einer „doppelten Haushaltsküche“ und einer „Edelstahl-Gewerbeküche“ (aus: Selbst kochen in der Kita – so geht’s, Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Würzburg).

Was auf jeden Fall erforderlich ist:

- Handwaschbecken mit warmem u. kaltem Wasser
- doppeltes Spülbecken
- ausreichend Kühlmöglichkeit
- Geschirrspülautomat (ausreichende Spültemperatur 70 C°)
- Abfallbehälter mit schießendem Deckel
- Trennung von reinem und unreinem Bereich
- Oberflächen leicht zu reinigen

Entscheidende Stellschrauben für die Verpflegung in der Kita, werden durch die räumlichen Voraussetzungen gestellt. Für die Planung einer neuen Küche, sollte ein professioneller Küchenplaner mit dem Architekten zusammen arbeiten. Man kann sich dazu an den Verband der Fachplaner wenden: www.vdfnet.de/

Welche **Ausstattung** eine Kita-Küche im Detail haben sollte, haben wir von einer erfahrenen Hauswirtschaftsmeisterin mit Hilfe vorhandener Quellen und eigener Erfahrungen zusammenstellen lassen. Von einzelnen Küchenutensilien wie Pfannenwender und Schöpfkellen über die empfehlenswerten Topfgrößen bis hin zu den Elektroklein- und -großgeräten findet sich alles in den Tabellen, gegliedert nach verschiedenen Verpflegungssystemen und für die unterschiedliche Anzahl an Tischgästen und finden sich unter: www.kita-schulverpflegung.nrw/projekt-kita-und-schulverpflegung-nrw/ausstattung-und-personalbedarf-in-der-kitakueche-46165.

Fachkräfte für die Kita-Küche

Grundsätzlich gilt, dass jede Verpflegung Fachkompetenz erfordert und zwar mit Blick auf die ausgewogene Speiseplanung, die Umsetzung und auf die Anforderungen zur Hygiene. Nach der Studie der Bertelsmann Stiftung „I(s)t Kita gut?“ von 2014, beschäftigen nur rund 33 % der Kitas eine hauswirtschaftliche Fachkraft (z.B. Hauswirtschafterin, Köchin, Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin). Dabei sind für alle Verpflegungssysteme entsprechende Kenntnisse für die ernährungsphysiologisch sinnvolle Zusammenstellung der Mahlzeiten erforderlich. Wer eine gute Speiseplanung in den Kitas umsetzen will, kommt aus unserer Sicht daher nicht an Fachkräften vorbei.

Auf der Basis vorhandener Quellen findet sich in den oben genannten Tabellen zur Ausstattung einer Kita-Küche auch der Flächen- und Personalbedarf. Hier sehen Sie beispielhaft die Angaben für die Tiefkühl- und Kühlverpflegung (Link zur Ausstattung der Kita-Küche siehe vorheriger Absatz):

Flächen- und Personalbedarf für die Aufbereitungsküche Tiefkühl- und Kühlverpflegung in der Kita

Aufbereitungsküche Tiefkühl & Kühlverpflegung (Cook & Chill) in der Kita								
VT bis 25			VT 25 bis 50			VT 50 bis 100		
Fläche in m ²	Kosten	Personalbedarf	Fläche in m ²	Kosten	Personalbedarf	Fläche in m ²	Kosten	Personalbedarf
bis 10	20.000	HK 1 Std/Tag	bis 20	40.000	FK 2 Std/Tag HK 1 Std/Tag	25-40	80.000	FK 3 Std/Tag HK 2 Std/Tag

¹Flächenbedarf & Küchentechnische Ausstattung ergibt die Gesamtkosten.

Grundlage: ca.2000 € pro qm

VT= Verpflegungsteilnehmer

FK=Fachkraft

HK= Hilfskraft

Grundlage bei der Berechnung :

0,4 m² pro Essensteilnehmer im Alter von 1-6 Jahren. Hierbei sind berücksichtigt:

Aufstellflächen für die Geräte zur Kühlung und Regeneration, und Kosten für Kühl- und Gefriergeräte von der Kita, sowie Arbeitsflächen für ggf. Zubereitung von Komponenten.

Erfahrungen aus der Praxis:

Meist erfolgt die Regeneration des Essens (bis zu 30 Essen) durch die pädagogischen Kräfte, vom Lieferanten geschult werden. Da häufig frische Komponenten, wie Salat oder Rohkost fehlen, werden diese durch eigene Zubereitung ergänzt. Dazu fehlen jedoch häufig Arbeitsflächen sowie die entsprechenden Arbeitsmittel in den Kitaküchen (Verweis auf die Liste zur Ausstattung?). Außerdem bedarf es einer optimalen Kombination der Komponenten, um Arbeitsabläufe zeitlich und hygienisch sicher zu gestalten. Mit zunehmender Essensteilnehmerzahl, sollte eine Fachkraft für die Zubereitung der frischen Komponenten eingesetzt werden. Eine Hilfskraft übernimmt in der Regel die Spül- und Nachbereitungsarbeiten.

Bei Neuplanung oder Umstrukturierung des Verpflegungssystems, sollte eine Fachberatung für Küchenplanung hinzugezogen werden, um individuell die Arbeitsabläufe und Bedarfe für Arbeitsmittel zu ermitteln.

Personalmittlungswerte sind Erfahrungen aus der Praxis in Kita-Küchen mit Cook & Chill.

Erstellt im Rahmen des Projekts:
Gut Essen und Trinken in
Kindertageseinrichtungen durch
Qualitätsentwicklung

Essensbeitrag zur Verpflegung

Die Zusammensetzung des Essensbeitrages ist je nach Träger und nach Gestaltung der Verpflegung unterschiedlich. Egal wie sich die Zahlung der Eltern bei Ihnen zusammensetzt, ist aus unserer Sicht ein Gesamtbeitrag für alle in der Kita angebotenen Mahlzeiten sinnvoll. Zusätzlich ist der Einzug der Zahlung über den Träger eine Erleichterung für die Kitaleitung, die sich dann nicht um säumige Zahler unter den Eltern kümmern muss, sondern Ihrem pädagogischen Auftrag nachgehen kann.

Die Zahlung des Elternbeitrags und die Berechnung der Höhe kann, wenn nicht vom Träger für alle Kitas einheitlich festgelegt, durch entsprechende Software unterstützt werden, die auf Trägerebene zur Verfügung gestellt werden kann.

Nach der Studie „Is(s)t Kita gut?“, kostet ein Mittagessen in deutschen Kindertagesstätten durchschnittlich etwa 2,40 Euro. Dabei ergaben sich jedoch bundesweit Spannweiten von 0,75 Euro bis 6,00 Euro pro Mittagessen.

Die Wissenschaftler der Studie haben auf Basis des DGE-Qualitätsstandards auch Modellrechnungen durchgeführt. Beispielhaft werden hier Mahlzeitenpreise aus den Modellrechnungen bei einer Zubereitung und Zusammenstellung auf Basis des DGE-Qualitätsstandards genannt:

Frisch-/Mischküche für 50 Kinder zwischen 4 und 6 Jahren:	4,08 Euro
Frisch-/Mischküche für 50 Kinder zwischen 4 und 6 Jahren mit 20 % Bio-Anteil:	4,24 Euro
Warmverpflegung für 50 Kinder zwischen 4 und 6 Jahren:	3,64 Euro
Cook & Chill, Anlieferung Kühlkost für 50 Kinder zwischen 1 und 6 Jahren:	3,79 Euro
Cook & Freeze, Anlieferung Tiefkühlkost für 50 Kinder zwischen 4 und 6 Jahren:	3,99 Euro

Starke Familien Gesetz – als Ergänzung zum Bildungspaket

Das Starke Familie Gesetz ist seit dem 01.08.2019 in Kraft und bringt eine Vereinfachung der Beantragung von Unterstützung mit sich. Außerdem entfällt der Eigenanteil von einem Euro für das Mittagessen in Kita und Schule. Damit wird das **Mittagessen** für anspruchsberechtigte Kinder kostenlos. Die Umsetzung des Bildungspakets wird vor Ort in den Kreisen und kreisfreien Städten organisiert und kann unterschiedlich sein.

Grundsätzlich gilt: Wer Arbeitslosengeld II oder Sozialgeld bekommt, wendet sich für Leistungen aus dem Bildungspaket in der Regel an das **Jobcenter**. Dort erhält man zudem Informationen, falls das Bildungspaket doch außerhalb des Jobcenters verwaltet wird. Für Familien, die Sozialhilfe, Wohngeld, den Kinderzuschlag oder Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz erhalten, sind die Jobcenter z.B. nicht zuständig. Die Kreise oder kreisfreien Städte (erreichbar z. B. im Rathaus, im Bürgeramt oder in der Kreisverwaltung) nennen diesen Familien den richtigen Ansprechpartner.

www.kita-schulverpflegung.nrw/projekt-kita-und-schulverpflegung-nrw/fonds-und-foerderprogramme-40648

Qualitätssicherung

Die Verantwortung für die Ausgabe der Speisen ist in der Lebensmittelhygieneverordnung festgelegt und liegt bei der ausgebenden Stelle, also der Kita. Die Vorschriften gelten für alle großen wie kleinen Kitaküchen. Eine Qualitätssicherung ist somit gesetzlich vorgeschrieben und unerlässlich. Freiwillige Maßnahmen, wie besondere Zertifikate, Siegel oder Auszeichnungen können die Qualitätssicherung ergänzen. Welche Hygienrisiken im Bereich der Verpflegung konkret in den einzelnen Einrichtungen bestehen muss angeschaut werden. Mögliche Lösungen sollten mit der Lebensmittelüberwachung vor Ort besprochen werden.

Die wichtigsten zu beachtenden gesetzlichen Regelungen:

- (EG) Nr. 852/2004 über die Lebensmittelhygiene allgemein (HACCP)
- (EG) Nr.853/2004 für Hygienevorschriften für Tierische Lebensmittel

- (EG) Nr. 854/2004 mit Verfahrensvorschriften für die Überwachung von tierischen Lebensmitteln
- Infektionsschutzgesetz § 42 (Beschäftigungsverbot) und § 43 (Belehrung und Bescheinigung)
- Lebensmittelinformationsverordnung (LMIV)
- Zusatzstoff-Zulassungsverordnung (ZZuLV)

Für die Qualitätssicherung ist ausreichend Personal erforderlich. Denn auch wenn das Essen z.B. warm angeliefert wird, muss eine Temperaturkontrolle erfolgen, das Essen verteilt und unter Umständen Geschirr gewaschen werden. Neben der eigentlichen „Küchentätigkeit“ kommen Teambesprechungen und die ausgewogene Speiseplanung hinzu, die ebenfalls wichtige Bausteine der Qualitätssicherung sind.

Eine hohe und gleichbleibende Qualität ist gewährleistet, wenn kontinuierlich geschult und qualifiziert wird. Auch hierfür ist die Zeit einzuplanen. Dazu gehört neben der regelmäßigen Belehrung zum Infektionsschutzgesetz z.B. auch eine Schulungen zur Auswahl und Zusammensetzung von geeigneten Lebensmitteln und Gerichten für Kinder. Fachberatungen können sich für eine gute personelle Abdeckung dieses Arbeitsbereiches bei ihrem Träger stark machen.

Caterer

Die Suche nach einem geeigneten Anbieter für die Mittagsverpflegung kann sich je nach geografischer Lage der Kita mehr oder weniger schwierig gestalten. Die Verbraucherzentrale berät anbieterunabhängig, sodass wir zu keinem speziellen Verpflegungssystem oder Anbieter raten. Eine Checkliste für den direkten Vergleich verschiedener Angebote finden Sie bei uns im Netz: www.kita-schulverpflegung.nrw, Stichwort: Caterer finden.

In jedem Falle ist ein guter Kontakt zum Caterer wichtig, um Fragen rund um die Lieferung oder die Qualität persönlich zu besprechen. Befindet sich das Unternehmen in der direkten Umgebung, kann auch ein Besuch dort sinnvoll sein, evtl. auch verbunden mit einer Besichtigung mit den Vorschulkindern, um den Herstellungsort des Mittagessens kennen zu lernen.

Öffentliche Träger und Kommunen müssen die Vergabe der Verpflegung ausschreiben. Bei der Erstellung eines Leistungsverzeichnisses für die Ausschreibung, entscheidet man über die Qualität und muss entsprechend formulieren, wie die Verpflegung gestaltet sein soll.

Klappern gehört zwar zum Handwerk, aber lassen Sie sich nicht von vollmundigen Versprechen der Anbieter beeindrucken. Hier einige Beispiele:

- Werbende Aussagen wie "EU-Zertifizierter Betrieb für die Belieferung von Kitas und Schulen" oder "EU-zertifizierte Qualität" oder "HACCP-zertifizierte Qualität":
Die EU-Zulassung ist keine Zertifizierung speziell für die Kita- und Schulverpflegung. Sie ist unter bestimmten Voraussetzungen für Lebensmittelunternehmen verpflichtend und bezieht sich auf betriebliche Hygienemaßnahmen. Eigenkontrollen nach HACCP sind ebenfalls für alle Lebensmittelunternehmen Pflicht. Es handelt sich also nicht um Sonderleistungen, sondern damit erfüllen die Unternehmen lediglich geltendes Recht.
- Auf Werbematerialien, im Internet oder auf dem Speiseplan finden sich Logos von ernährungswissenschaftlichen Fachgesellschaften: Falls das Unternehmen nicht ausdrücklich nach bestimmten Qualitätsstandards zertifiziert ist, z. B. nach den Standards der Deutschen

Gesellschaft für Ernährung, ist die nicht genehmigte Verwendung eines Logos irreführend. Zertifizierte Unternehmen können dies mit einer gültigen Zertifikatsurkunde belegen. Fragen Sie diese immer an!

- Mit Hinweis auf ernährungswissenschaftliche Empfehlungen finden sich manchmal abenteuerliche Speisenpläne: Lassen Sie sich nicht verwirren und machen Sie einen Speisenplan-Check. Damit kann man die Fachkenntnis des Unternehmens erkennen.

Sie finden Hilfestellung dazu auf der Seite der Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung NRW:

<https://www.kita-schulverpflegung.nrw/projekt-kita-und-schulverpflegung-nrw/qualitaet-faengt-bei-der-ausschreibung-an-12617>

Allergenmanagement

Für die **selbst kochende Kita** gilt:

- Kennzeichnung der Allergene und der Zusatzstoffe für alle hergestellten und angebotenen Lebensmittel und Speisen.

Verpflegung durch einen Caterer, Warmverpflegung, Kühl- und Tiefkühlkost gilt:

- Keine eigene Kennzeichnung notwendig, Caterer stellt Informationen bereit.

Ergänzungskocher:

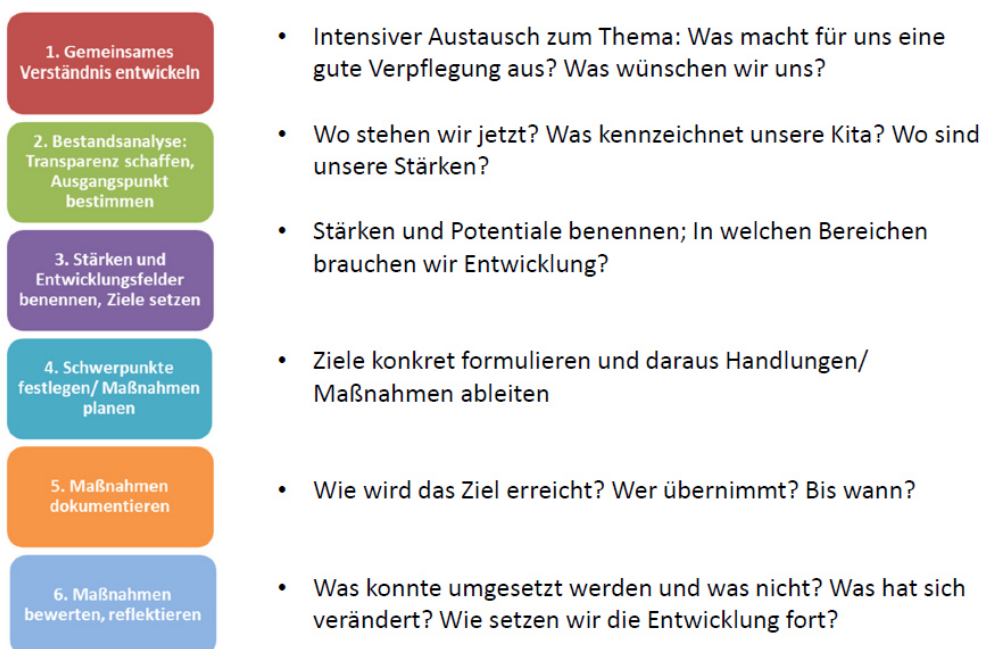
- Wie Selbstkocher Kennzeichnung aller Allergene und Zusatzstoffe

Verpflegung als Aufgabe im Team

Eine hauptverantwortliche Person für alle Belange rund um die Verpflegung, mit entsprechender Vertretungsregelung erleichtert die Qualitätsentwicklung und Qualitätssicherung. Sie bringt das Thema bei Bedarf immer wieder in die Teamsitzungen ein und fördert eine optimierte Auswahl der Angebote für Frühstück, Mittagessen und einen Nachmittagsimbiss in Absprache mit dem Team.

Eine gute Grundlage für alle Vorgehensweisen wenn es ums Essen geht, ist ein individuelles Ernährungskonzept oder eine Leitlinie. Ein Träger oder eine Kita kann hier die wichtigen Punkte regeln, die einerseits eine Orientierung im Kita-Alltag bieten, aber auch für neue Mitarbeiter/innen den Rahmen skizzieren. Grundlegende Wertvorstellungen, die in der pädagogischen Arbeit mitschwingen, wie z.B. Partizipation, Selbstbestimmung, Gerechtigkeit oder religiöse Werte werden in einem Konzept oder Leitlinie formuliert. Ein Konzept unterstützt die Kommunikation gegenüber Eltern und kann zur Qualitätssicherung genutzt werden. Die einzelnen Schritte für die Entwicklung sehen Sie beispielhaft hier:

Der Weg zum Konzept/ Leitlinie



Weitere Informationen zu den Schritten einer Konzeptentwicklung finden sich unter: www.kita-schulverpflegung.nrw/projekt-kita-und-schulverpflegung-nrw/qualitaet-von-anfang-an-12618

Strukturen im Umfeld zur Unterstützung einer ausgewogenen Verpflegung in der Kita

Gesundheitsförderliche Strukturen

Gesundheitsförderliche Strukturen finden sich auch im Umfeld der Kita, im jeweiligen Stadtteil oder der Region und sollten genutzt werden z.B. über eine Kooperation oder die Vernetzung mit anderen Akteuren im Sozialraum. Vorhandene Ressourcen im Umfeld wie Spielplätze, Sportplätze, Grünflächen und Naturräume können genutzt werden. Andererseits kann ein Kontakt zum Umfeld über die Öffnung der eigenen Räumlichkeiten oder Außenflächen z.B. für Familien in der Nachbarschaft hergestellt werden. Sicherlich gibt es auch „gesundheitsschädliche“ Strukturen, wie z.B. die Verkehrssituation rund um die Einrichtung, bei der eine Fachberatung beratend unterstützen kann.

Im aktuellen KiBiZ wird grundsätzlich auch die Vernetzung mit den örtlichen Angeboten der Kindertagespflege und den Grundschulen im Umfeld genannt.

Ämter und Behörden

Neben einem guten Netzwerk oder Kooperationen sind die örtlichen Jugendämter, der Jugendhilfeausschuss und das Gesundheitsamt wichtige Partner zur Umsetzung einer guten Verpflegung in der Kita. Fragen der Hygiene sollten aktiv mit den Mitarbeiter/-innen im Gesundheitsamt besprochen und geklärt werden, damit gemeinsam an Lösungen für problematische Bereiche gearbeitet werden kann.

Externe Partner/ Fortbildungsangebote

Die Nutzung der Angebote der Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung NRW wie z.B. Fortbildungen, Fachtagungen oder telefonische oder persönliche Beratung können die Qualitätsentwicklung im Bereich der Ernährung unterstützen. Weitere Angebote finden sich z.B. bei der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE), dem Institut für soziale Arbeit e.V. oder anderen, privatwirtschaftlichen Akademien oder Instituten (Internet: Studie der Universität Paderborn für das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft: Ernährungsbezogene Bildungsarbeit in Kitas und Schulen, Schlussbericht, 2019).

Weitere externe Partner

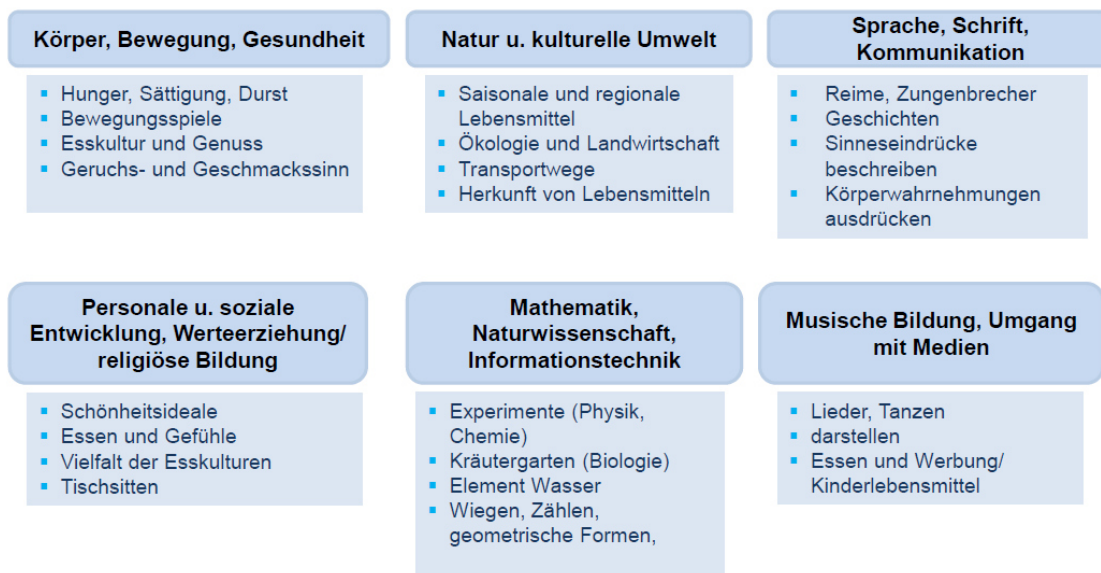
Ein gutes Netzwerk im näheren Umfeld der Kita, ermöglicht vielfältige Anknüpfungspunkte wie z.B. eine Käserei, eine Bäckerei, andere lebensmittelproduzierende Betriebe, landwirtschaftliche Betriebe, Hofläden, Eine-Welt-Initiativen, Landfrauen, Vereine rund um den Naturschutz, Imker, Kleingartenvereine.

Darüber hinaus engagieren sich **Krankenkassen und Stiftungen** im Bereich Kita und bieten unterschiedlichste Aktivitäten und Bildungsmaterialien an. Die Nutzung dieser Angebote sollte im Kita Team und mit den Eltern besprochen und abgewogen werden, weil über Materialien eventuell auch Werbung in die Kita gelangt. Eine Liste mit möglichen Partnern finden Sie in Ihren Teilnehmerunterlagen.

Ernährungsbildung

In den vergangenen 30 Jahren hat sich in Kindertageseinrichtungen ein vielfältiger Wandel vollzogen. Mit Blick auf die Verpflegung hat sich, zumindest in den westdeutschen Bundesländern, die Brotzeit als gemeinsame Mahlzeit und Pause von Kindern und Erzieher/-innen mit Mitgebrachtem, zu einer besonders gestalteten, pädagogischen Aufgabe gewandelt. Die Einführung einer „gesunden“ Pausenverpflegung und der Mittagsverpflegung erforderte besondere Regelungen und Festlegungen und außerdem die Kommunikation mit Eltern, die bis dahin weniger erforderlich war.

Dadurch sind auch die Mahlzeiten als Bildungsanlässe in den Fokus gerückt. Kinder lernen durch Erfahrungen mit ihrer Umwelt. Mahlzeiten bieten zahlreiche Gelegenheiten, um gesundheitsförderliches Essverhalten zu festigen und können mit Blick auf die Bildungsgrundsätze NRW nahezu alle Bildungsbereiche abdecken:



aus: Bildungsgrundsätze für Kinder von 0 – 10 Jahren in Kindertagesbetreuung und Schulen im Primarbereich in NRW

Natürlich können auch Aktivitäten außerhalb von Mahlzeiten Anlässe zur Ernährungsbildung sein, wie z.B. Kennenlernen verschiedener Lebensmittel beim gemeinsamen Einkauf, Anbau von Gemüse, Obst oder Kräutern in der Kita, die Haltung von Tieren beim Besuch eines Bauernhofes. Aktivitäten zur Ernährungsbildung sind somit fester Bestandteil in der pädagogischen Arbeit. Mehr zu möglichen externen Partnern für die Ernährungsbildung finden Sie in Ihren Teilnehmerunterlagen.

Zusammenarbeit mit Eltern

Ein guter Dialog mit den Eltern in der Kita trägt zum gesunden Aufwachsen von Kindern bei. Das Essen ist dabei ein zentrales Thema. Hier finden Sie Anregungen und passende Gelegenheiten für eine gelingende Zusammenarbeit.

- ✓ Aufnahmegespräch: Mit Fragen zu Ess- und Trinkgewohnheiten zeigen Sie Interesse am Kind und das Wissen kann helfen, das Verhalten des Kindes bei den Mahlzeiten einzuordnen.
- ✓ Eingewöhnung: Kinder auch in der Eingewöhnung an Mahlzeiten teilnehmen lassen. Der Austausch darüber mit den Eltern kann das gegenseitige Vertrauen stärken.
- ✓ Speiseplan: Platzieren Sie den Speiseplan für alle Kinder, Eltern und Fachkräfte sichtbar an zentraler Stelle.
- ✓ Möglichkeit der Tür- und Angelgespräche in Bring- und Abholsituationen.
- ✓ Bildungsdokumentation: Hier können Sie Zubereitungs- und Kochaktionen mit Fotos und Beobachtungen für die Kinder und ihre Familie festhalten.
- ✓ Wandgestaltung: Mit Fotos und kurzen Informationen gestaltete Poster, z. B. von einer Frühstückssituation.
- ✓ Regelmäßig verabredete Eltern- und Entwicklungsgespräche: Ergänzend zum Austausch über den Entwicklungsstand des Kindes kann es um dessen Ess- und Trinkverhalten sowie Fähigkeiten bei den Mahlzeiten gehen (z. B. probieren, mit Besteck umgehen, Tischregeln einhalten).
- ✓ Offene Elternsprechstunde: Mit einem begrenzten Zeitfenster und ohne vorherige Anmeldung anbieten.
- ✓ Hospitationen: Laden Sie Eltern zur Hospitation ein, z. B. beim Mittagessen.
- ✓ Aktiv auf Eltern zugehen: Zeigen Sie Eltern Ihr Interesse an ihrem Kind und dem Familienleben, laden Sie persönlich zu Veranstaltungen ein.
- ✓ Elternbeirat: Mit den Elternvertreter/-innen über das Thema „Essen und Trinken in der Kita“ zu sprechen, insbesondere vor wichtigen Veränderungen.
- ✓ Elterncafé: Sie können Eltern einladen, sich über Ernährungsfragen auszutauschen und Anregungen zu bekommen, z. B. zum Thema Kinderlebensmittel oder zur Frühstücksbox.
- ✓ Kita-Fest: Essen und Trinken gehören zu jedem Fest und kann dann der Anlass für Austausch sein.
- ✓ Tag der offenen Tür: Vorstellung Ihres Ernährungskonzeptes oder Anschauungsmaterial wie Poster zur Ausrichtung ihrer ernährungspädagogischen Ziele.
- ✓ Internetseite der Kita: Mit Fotos von Mahlzeiten, der Veröffentlichung des Ernährungskonzeptes und des Speiseplans machen Sie auch hier das Thema präsent.
- ✓ Elternabende: Thematisch ausgerichtete Elternabende, können neue und interessierte Eltern über die Verpflegung und Ernährungsbildung in Ihrer Einrichtung informieren und Raum für Fragen bieten.
- ✓ Schriftliche Informationen: Mit Elternbriefen können Sie die Familien über geplante Aktionen und Projekte zum Thema Ernährung in Ihrer Kita informieren.

Mehr zum Thema unter: www.kita-schulverpflegung.nrw/projekt-kita-und-schulverpflegung-nrw/kita-und-eltern-essen-verbindet-49891

Bei Interesse können Sie die **Infopost Familientisch für Eltern** kostenfrei beziehen unter: www.kita-schulverpflegung.nrw (ganz nach unten scrollen und online anmelden).

Sind Eltern am Thema Ernährung interessiert und möchten sich informieren, kann man das einfache Modell der Ernährungspyramide empfehlen, um ein grundlegendes Verständnis zu fördern. Dabei bilden Getränke wie Wasser und ungesüßte Tees die Basis. Drei Portionen Gemüse, zwei Portionen Obst und vier Portionen Beilagen, wie z.B. Kartoffeln, Reis, Nudeln oder auch Brot werden pro Tag empfohlen. Die Portionsgröße bezieht sich auf die Handgröße. Eine Hand ist etwa eine Portion.

- kleine Hände = kleine Portionen
- große Hände = große Portionen



DIE ERNÄHRUNGSPYRAMIDE



Weitere empfehlenswerte Informationsquellen für Eltern und Beratung zu allen Themen erhalten Sie über unser

Beratungstelefon unter 0211 3809-714 (Di. bis Do. von 10:00 - 14:00 Uhr) erfragen.

Weitere Kontaktmöglichkeiten:

Verbraucherzentrale NRW

Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung NRW

Mintropstraße 27 , 40215 Düsseldorf

kitaverpflegung@verbraucherzentrale.nrw