

Gesunde Ernährung in der Kindertagesstätte



Liebe Eltern,

Am 01. August 2019 haben wir den Versorgungsauftrag für die Kindertagesstätte Ihres Kindes erhalten. Nach einer sehr kurzen Übergangszeit kommen wir nun in die Zeit, unser Konzept mit unseren Mitarbeitern, den Mitarbeiterinnen der Kindertagesstätte und mit Ihnen umzusetzen. Wir haben dieses Konzept erfolgreich in den Kindertagesstätten in Teltow vor 2 Jahren umgesetzt.

„Kinder sollen gesund aufwachsen – dazu ist gutes und qualitativ hochwertiges Essen eine wichtige Voraussetzung. Gesundes Essen dient auch als Basis für Lebensqualität und Zufriedenheit und trägt zu guter Gesundheit im späteren Leben bei. Daher sollte eine schmackhafte und ausgewogene Kost im Alltag von Kindertageseinrichtungen eine Selbstverständlichkeit sein. In den Tageseinrichtungen sammeln Kinder prägende Erfahrungen im Umgang mit Lebensmitteln und erfahren Freude am Essen mit Gleichaltrigen. Kindertageseinrichtungen sind ganz besonders wichtige Orte für die Ernährung. Gesunde Ernährung sollte sich nicht nur in den Speiseplänen wiederfinden, sondern in der Gemeinschaft gelebt werden. Kinder wollen begeistert werden!“ (Zitat der DGE-Qualitätsstandards, wobei „DGE“ für Deutsche Gesellschaft für Ernährung steht).

Wir haben es uns zum Ziel gemacht in Zusammenarbeit mit der Kindertagesstätte und Ihnen, jedem Kind, einen gesundheitsfördernden Lebensstil zu vermitteln. Das regelmäßige Angebot von ausgewogenen Mahlzeiten sorgt dafür, dass Ihre Kinder eine gute geistige und körperliche Entwicklung nehmen können. Die gesunde Ernährung ist somit Bestandteil der elementaren Gesundheitsförderung.

Für das gesunde Aufwachsen Ihrer Kinder - und in diesem Falle für die gesunde Ernährung - tragen wir alle die Verantwortung, wir als Essenanbieter, der Träger mit den Leitungen der Einrichtungen und den pädagogische Fachkräfte, die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in den Küchen und nicht zuletzt Sie, liebe Eltern.

Eine besondere Rolle haben Sie und die pädagogischen Fachkräfte für die Motivation der Kinder, alles zu essen – zumindest zu probieren.

Woher nehmen wir nun aber unser Wissen, was gesund ist? Zum einen hat die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) Qualitätsstandards für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder erarbeitet, denen wir uns verpflichtet sehen. Zum anderen arbeiten wir mit einer Ernährungsberaterin zusammen, die die Ausbildung zur Ingenieurin für Lebensmittelindustrie absolvierte und viele Jahre als Dozentin an der Akademie des deutschen Bäckerhandwerks unterrichtet hat. Dazu gehörten u.a. Warenkunde und Ernährungslehre. Sie berät uns aktiv und wird auch direkt in der Küche Ihrer Kita mit zur Umstellung beitragen.

Was hat sich schon geändert und was wird sich noch ändern?

In enger Abstimmung mit den Kindertagesstätten werden wir beginnen, die Grundsätze der DGE in einen 8-Wochen-Speiseplan mit Frühstücks-, Mittags- und Vesperangebot einzuarbeiten. Teilweise haben wir damit schon begonnen, in dem wir nur noch Wurstsorten im Frühstück und Vesper anbieten, die maximal 20 % Fett enthalten.

Also wird es nur noch Wurstwaren geben, die aus Geflügel hergestellt werden. Wir werden Wurstsorten, wie Leber- oder Tecwurst, durch alternative Brotaufstriche aus eigener Herstellung ersetzen (z.B. vegane Leberwurst)

Wir haben bezüglich Vollkornprodukten verstärkt für alle Mahlzeiten schon Vollkornbrot im Einsatz. Es wird kein normales Toastbrot mehr geben, sondern nur noch Vollkorntoast. Auch werden wir im Frühstück und Vesper, als auch zum Eintopf Vollkornbrot verstärkt einsetzen. Wir setzen ausschließlich Brot der Firma Harry ein. So können Sie für Ihre Kinder auch zu Hause dieses Brot anbieten, wenn Sie den Wunsch haben. Wir werden uns in naher Zukunft von solchen Produkten, wie Knäckebrot und andere Flachgebäcke, wegen der Acrylamide verabschieden.

Für die Aufstriche werden wir langsam von reiner Butter auf selbsthergestellte Variationen, wie z.B. Tomatenbutter, wechseln. Da gibt es die vielfältigsten Ideen. Gerne nehmen wir auch Ihre Ideen auf. Auch werden wir den Frischkäse in Variationen zu verschiedenen Cremes anbieten. Süße Aufstriche werden wir in Zukunft als Fruchtmus selbst aus Obst, Chiasamen und Agavendicksaft herstellen. Wir werden zu den Mahlzeiten am Morgen und Nachmittag auch Breie einsetzen, die bei Alnatura gekauft und entsprechend auf den Geschmack der Kinder der Einrichtung angepasst werden.

Die Mittagsmenüs werden in einer Mischküche zubereitet, die sowohl Tiefkühlprodukte, als auch frische Produkte aufbereitet. Wir verwenden keine Geschmacksverstärker, Konservierungsstoffe oder genetisch veränderte Lebensmittel.

Bezüglich Getränke wollen wir uns an die Vorgaben der Deutschen Gesellschaft für Ernährung halten. Am besten eignen sich Trink- oder Mineralwasser sowie ungesüßte Früchte- und Kräutertees, die zur freien Verfügung stehen. Limonaden, Nektare, Fruchtsaftgetränke, Eistees und isotonische Sportgetränke werden deshalb in Tageseinrichtungen nicht angeboten.

Wir brauchen Ihre Hilfe und die Hilfe der Mitarbeiter der Einrichtungen, denn bei der Umstellung werden sicher einige Mahlzeitenkomponenten dabei sein, die die Kinder sehr gerne essen, die Ihnen schmecken und es wird die geben, die die Kinder noch nicht kennen oder die Ihnen nicht so recht schmecken. An dieser Stelle ist es wichtig richtig zu handeln und zu reagieren. Ein „Iii, wie schmeckt das denn?“ oder „Na da haben die sich ja was ausgedacht“ darf nicht vor den Kindern gesagt werden. Wir werden Übergänge schaffen und die Kinder langsam daran gewöhnen, zum Beispiel überwiegend Vollkornreis oder Vollkornbrot zu essen.

Wir sind bereit, Ihre Vorschläge für Änderungen aufzunehmen und werden versuchen, diese im Rahmen der DGE-Qualitätsstandards dann auch umzusetzen.

Ziel soll es sein, die 10 Regeln der DGE „Vollwertig essen und trinken“ immer weiter umzusetzen und wir hoffen auf Ihre Unterstützung.

**Das Team des Märkischen Food-Services und das Team der
TIM GmbH wünschen einen guten Appetit**
