

Leitlinie und Konzeption zur Verpflegung



„Der Weg zur Gesundheit führt durch die Küche, nicht durch die Apotheke.“

(Sebastian Kneipp)

Inhaltsverzeichnis

Vorwort und Leitgedanken

Teil A Bildungsauftrag in der Gemeinschaftsverpflegung

1. Das gemeinsame Essen am Lernort
 - 1.1. Der pädagogische Rahmen
 - 1.2. Die Gestaltung des Raumes
 - 1.3. Der Ablauf bei den Mahlzeiten
 - 1.4. Regelmäßige Beratung und Entscheidung im Team
 - 1.5. Kommunikation im Alltag mit dem Kind
 - 1.6. Kommunikation mit den Eltern/Information der Eltern

Teil B Die Qualität der Gemeinschaftsverpflegung

1. Gestaltung des Speiseplanes durch die DGE/optiMix
2. Auswahl, Qualität und Zubereitung der Lebensmittel
 - 2.1. Auswahl und Qualität der Lebensmittel
 - 2.2. Herkunft der Lebensmittel und unsere Lieferquellen
 - 2.3. Die Zubereitung und Ausgabe der Lebensmittel
3. Getränkeversorgung
4. Besonderheiten der Gemeinschaftsverpflegung
 - 4.1. Verpflegung der Kleinkinder
 - 4.2. Essenversorgung für Kinder mit besonderen Bedürfnissen
 - 4.3. Zwischenmahlzeiten
 - 4.4. Umgang mit Süßigkeiten
 - 4.5. Verpflegung bei Festen und Feierlichkeiten
5. Organisationsqualität
 - 5.1. Nachhaltigkeit
 - 5.2. Hygiene
 - 5.3. Hauswirtschaft und Pädagogik im Team
 - 5.4. Qualitätskontrolle und Beschwerdemanagement

Impressum

Vorwort

Die DOMUS e.V. Integrations- und Kooperationseinrichtung wurde im Juni 2009 eröffnet. Im Haus werden insgesamt 116 Kinder im Alter von einem Jahr bis zum Schuleintritt betreut. Die Einrichtung besteht aus einem Kindergarten mit vier Gruppen, (zwei Gruppen mit je 25 Kindern und zwei Gruppen mit 15 Kindern) und einer Krippe (drei Gruppen mit je 12 Kindern). Jede Gruppe wird von pädagogischen Fach- und Ergänzungskräften betreut, ergänzt durch Fachdienste und Praktikant*innen. Zudem besteht für 12 Kinder ein Integrationsangebot.

Seit Eröffnung der Einrichtung im Jahr 2009, wird im Haus frisch gekocht. In dieser Zeit wurde sehr viel ausprobiert, optimiert und an den Speiseplänen gearbeitet, so wie auch manches Neue eingeführt. Um dem hauswirtschaftlichen Bereich und der täglichen Verpflegung den ihr gebührenden Rahmen zu geben, sind in dieser Konzeptionen alle uns wichtigen Bausteine enthalten.

Unsere Ziele:

- mit vollwertiger Ernährung in entspannter Atmosphäre stärken wir die ganzheitliche Gesundheit des Kindes.
- das gemeinschaftliche Essen bietet viele Zugänge zu sozialem Lernen.
- das Verpflegungskonzept schafft bei den Eltern Vertrauen in die Ernährungsversorgung ihres Kindes.
- für den Träger ist eine qualitativ hochwertige Ernährung ein Teil des Gesamtkonzeptes.

Marianne Mentzel
Leitung des Hauses

Dorothee Würz
Hauswirtschaftsleitung

Unsere Leitgedanken

Wir fördern und erhalten die Gesundheit des Kindes

Wir kochen täglich frisch mit viel Gemüse und Obst. Wir verwenden keine Zusatzstoffe und so wenig Zucker wie möglich. Der Speiseplan ist ausgewogen und richtet sich nach den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) und optiMix (optimierte Mischkost für Kinder).

Wir bieten Alternativen für Kinder mit Lebensmittelunverträglichkeiten und Allergien an.

Wir vermitteln dem Kind Wertschätzung für gutes Essen

Wir gehen sorgsam mit Essen um, wir verschwenden nichts.

Wir vermitteln dem Kind, dass gutes Essen etwas wert- und genussvolles ist.

Wir nehmen uns Zeit zum Essen und bieten eine familiäre Atmosphäre.

Wir achten auf Nachhaltigkeit

Wir berechnen die Mengen beim Kochen und servieren so, dass möglichst wenige Reste übrig bleiben. Wir kaufen saisonal und auch möglichst regional ein (z.B. Wurst, Eier, Käse)

Brot, Fruchtaufstrich, Soßen, Dressings, Kuchen, Beilagen entstehen in eigener Herstellung.

Wir arbeiten wirtschaftlich

Wir gehen sparsam mit unseren wirtschaftlichen Ressourcen um gutes Essen zuzubereiten.

Teil A Bildungsauftrag in der Gemeinschaftsverpflegung

1.1. Der pädagogische Rahmen

Das Mittagessen ist Teil unserer pädagogischen Konzeption die Kinder und die Pädagog*innen gestalten alle Mahlzeiten in einer Tischgemeinschaft. Wir bevorzugen gemeinsame Mahlzeiten und bieten deshalb auch keine gleitenden Brotzeiten an.

Das gemeinschaftliche Essen leistet einen wichtigen Beitrag zur Umsetzung des Bayerischen Bildungs- und Erziehungsplanes (BEP), denn Mahlzeiten sind auch bedeutsame Bildungs- und Lernsituationen.

Wir verknüpfen die Essensverpflegung der Kinder eng mit pädagogischen Angeboten, wie z.B. ein Besuch auf dem Bauernhof, gemeinsames einkaufen und kochen, die Pflanzen und Kräuter im Garten sind allen zugänglich und Projekte rund um das Thema Ernährung haben ihren Platz im Jahreskreis.

Im Rahmen der gemeinsamen Mahlzeit erlernen die Kinder viele Fähigkeiten und Fertigkeiten. Das gemeinsame Essen unterstützt zudem das soziale Miteinander.

Wir stärken die Ernährungskompetenz der Kinder. Sie lernen körpereigene Signale für Hunger und Sättigung zu spüren und die Vielfalt der Lebensmittel und des Geschmacks zu genießen.

Unser Ziel ist, die Kinder zum selbstbestimmten und eigenverantwortlichen Umgang mit Essen zu befähigen.

1.2. Die Gestaltung des Raumes

Die hellen Räume mit warmen Farben und eine einladende Tischdekoration vermitteln eine gemütliche und freundliche Atmosphäre.

Für alle Kinder im Haus steht Geschirr aus Porzellan und Glas und das vollständige Besteck bereit. Wir verwenden kein Plastikgeschirr.

1.3. Der Ablauf bei den Mahlzeiten

Wir wollen die Kinder mit gutem Essen begeistern. Die Erwachsenen essen gerne gemeinsam mit den Kindern am Tisch und beteiligen sich an den Gesprächen der Kinder. Dabei wird dem Kind eine wertschätzende und genussvolle Haltung zum Essen vorgelebt. Es gehört zur Vorbildfunktion, dass sich auch der Erwachsene, der mit den Kindern isst, an die mit und für die Kinder erarbeiteten Regeln hält.

Wir lassen die Kinder teilhaben:

Die Kinder nehmen sich ihr Essen selber und lernen nach und nach ihre Portionen richtig einzuschätzen. Dabei erhalten sie je nach Wunsch und Bedarf Unterstützung eines Erwachsenen. Sie dürfen sich jederzeit eine Portion nachholen und sich immer satt essen.

Die Kinder haben die Chance, die Vielfalt des Essens kennen und genießen zu lernen und auch für sie Neues auszuprobieren.

Die Speisen werden nach Möglichkeit in einzelnen Komponenten angeboten, damit die Kinder die Vielfalt des Geschmacks der einzelnen Lebensmittel kennenlernen.

Wir vermitteln dem Kind auch ein Bewusstsein für Hygiene im Umgang mit Lebensmitteln.

Sie waschen vor dem Essen die Hände, niesen und husten nicht ins Essen, fassen nicht mit den Händen in die Schüsseln.

Dem Kind steht auch genügend Zeit zur Verfügung. Es wird nicht zur Eile angetrieben, jedes Kind kann in seinem individuellen Tempo essen.

Es gibt in regelmäßigen Abständen Themenwochen z.B. Nudelwochen, Wunschwochen der Gruppen, bei denen die Kinder den Speiseplan gestalten, Themenwochen und vegetarische Wochen. Aber auch Kochen oder Backen mit der Küchenleitung.



Kommunikation und Information

1.4. Regelmäßige Beratung und Entscheidung im Team

Alle relevanten Themen rund um das Essen werden gemeinschaftlich in verschiedenen Teams besprochen und entschieden.

Im **Küchenteam**, das wöchentlich stattfindet, werden anstehende Projekte besprochen, Arbeitseinteilungen erläutert, Speisepläne zusammen erarbeitet. An Klausurtagen werden Schulungen abgehalten und Grundreinigungen in der Küche durchgeführt.

Im wöchentlichen **jour fix** mit einer Pädagogin aus jeder Gruppe und der Hausleitung steht das Thema Verpflegung immer als ein fester Punkt auf der Tagesordnung. Es werden alle aktuellen pädagogischen, organisatorischen und den Speiseplan betreffenden Fragen besprochen. Hauswirtschaftliche und pädagogische Mitarbeiter*innen arbeiten als Team zusammen an einer guten Verpflegung der Kinder.

Im **Verpflegungsteam** wird die Ausrichtung der Verpflegung festgelegt, sowie das Leitbild aktualisiert. Mitglieder im Verpflegungsteam sind die Leitung der pädagogischen Einrichtungen, die Hauswirtschaftsleitung und Elternvertreter und Pädagog*innen aus Krippe und Kindergarten. Dieses Team trifft sich mindestens zweimal jährlich.

Die wichtigsten Ergebnisse dieser Abstimmungsprozesse werden im Gesamtteam allen Mitarbeiter*innen vorgestellt.



1.5. Kommunikation mit den Eltern/ Information der Eltern

Ohne die vertrauensvolle Zusammenarbeit mit den Eltern ist eine nachhaltige Ernährungsbildung nicht möglich. Deshalb setzen wir auch hier auf eine umfangreiche Information und eine gute Kommunikation mit den Eltern.

Im Aufnahmegespräch werden die Eltern über das Ernährungskonzept informiert. Bei diesem Gespräch können die Eltern mit der pädagogischen Fachkraft auch über Ess- und Trinkgewohnheiten und auch Lebensmittelunverträglichkeiten oder Allergien sprechen.

Alle Eltern werden in der jährlichen Elternbefragung u.a. um ihre Meinung zur Verpflegung der Kinder und um ihre Anregungen und Wünsche gebeten.

Im Rahmen von Themenabenden besteht auch für die Hauswirtschaftsleitung die Möglichkeit in einen Vortrag über gesunde Ernährung und über optiMix zu referieren.

Einen ganz besonderen Stellenwert haben Kochkurse für Eltern.

Eltern deren Kinder sich aktuell im Haus befindenden, sind eingeladen zwei bis dreimal im Jahr samstags einen Kochkurs zu besuchen.

Die Hauswirtschaftsleitung bietet Kurse wie zum Beispiel Lieblingsgerichte der Kinder, vegetarische Gerichte, Suppen und Soßen und Brotbäckereien an.

Teil B Die Qualität der Gemeinschaftsverpflegung

1. Gestaltung des Speiseplanes nach der DGE (Deutschen Gesellschaft für Ernährung)

Wir planen unseren Speiseplan wöchentlich um damit spontane Änderungen oder saisonale Gerichte besser einzubeziehen.

Auf dem Speiseplan werden Allergene und Zusatzstoffe gekennzeichnet.

Wir beziehen die Wünsche der Kinder in die Speiseplangestaltung ein

Die Anforderungen an einen Vierwochen Speiseplan für Mittag Mahlzeiten laut DGE stellt sich wie folgt da.

- **täglich Getreide, Getreideprodukte oder Kartoffeln; (möglichst vollwertig)**
- **täglich Gemüse und Rohkost**
- **zweimal wöchentlich Milch oder Milchprodukte**
- **einmal wöchentlich im Wechsel Fleisch oder Fisch (wir verwenden ausschließlich BIO-Produkte – siehe Lieferantenliste)**

Darüber hinausgehend bieten wir täglich frisches Obst, entweder zum Mittagessen oder als Zwischenmahlzeit an. Zu jeder Mahlzeit reichen die Erzieher ungesüßten Tee oder Wasser.



2. Auswahl, Qualität und Zubereitung der Lebensmittel

2.1. Auswahl und Qualität der Lebensmittel

Rohkost, Salat und Gemüse ist ein tägliches Bestandteil des Frühstücks, Mittagessen und der Brotzeit. Wir verwenden bevorzugt saisonale Produkte. Bei Tiefkühlware verwenden wir Rohware ohne weitere Zutaten.

Obst wird vor allem als Frischobst angeboten. Auch hier bevorzugen wir ausschließlich saisonale Produkte.

Nudeln und Teigwaren

Wir verkochen im Wechsel Dinkel oder Vollkornnudeln. Spätzle und Pizzateig sowie Kuchen, Gebäck sind aus eigener Herstellung und Verwendung von Vollkornmehl (Weizen, Dinkel und Roggen).

Brot

Auch das Brot wird überwiegend selbst gebacken. Auch hier kommen Dinkel und Roggenvollkornmehl zum Einsatz. Für Roggenbrot setzen wir auch Sauerteig selbst an.

Reis wird in Form von Parboiled Reis oder Bayerischen Reis (Dinkel, Emmer) verwendet.

Kartoffeln werden immer frisch zubereitet, auch Kartoffelpüree wird aus frischen Kartoffeln hergestellt.

Fleisch – und Wurstwaren werden in kindgerechten Mengen angeboten. Hackfleischgerichte sind immer aus Rinderfleisch. Alternativ servieren wir Pute, Geflügel oder Rind. Auf Schweinefleisch verzichten wir gänzlich.

Süße Nachspeisen gibt es nur bei besonderen Anlässen. Zucker wird insgesamt sparsam eingesetzt.



Gewürze

Hier werden Bio Gewürze und Kräuter, aber auch frische Kräuter aus unserem Hochbeet im Garten verwendet.

Fette und Öle kommen äußerst sparsam in Form von Rapsöl oder Olivenöl zum Einsatz. Hier handelt es sich um mehrfach ungesättigte Fette.

Für Allergiker werden entsprechende Alternativen zubereitet.

Fruchtaufstriche und Marmeladen sind ebenfalls immer aus eigener Herstellung und sehr abwechslungsreich.

2.2. Herkunft der Lebensmittel- unsere Lieferquellen

Wir beziehen unsere Lebensmittel von verschiedenen Lieferanten aus der Region. Bei Obst und Gemüse berücksichtigen wir saisonale Produkte.

Unsere Haupteinkaufsquellen sind:

- **Fleisch- und Wurstwaren: EPOS Biopartner (Hermannsdorfer)**
- **Fisch aus nachhaltigem Fischfang (MSC-Siegel)**
- **Milch- und Milchprodukte: EPOS Biopartner (Berchtesgardener Land, ÖMA) Chefs Culinar**
- **Brot und Backwaren: Hofpfisterei, aus eigener Herstellung**
- **Gemüse, Obst: Früchte Feldbrach (München)**
- **Trockenware: EPOS Biopartner (Spielberger Mühle, Chiemgaukorn, Münchner Kindl), Chefs Culinar**
- **Eier: Seepointerhof - Freiland Eier**

2.3. Die Zubereitung und Ausgabe der Lebensmittel

Das Essen wird täglich frisch zubereitet. Derzeit sind es täglich ca. 130 Portionen für drei Mahlzeiten.

Wir achten auf nährstoffschonende Vorbereitung und Zubereitung der Lebensmittel. Das Essen wird ausschließlich schonend im Dampfgarer zubereitet.

Unsere Mahlzeiten werden ohne lange Warmhaltezeiten just in time gekocht. Eine Mindestkerntemperatur von 67°C bei gekochten Speisen und bei kalten Speisen eine Temperatur von 7°C sind dabei verbindlich.

3. Getränkeversorgung

Frisches Trinkwasser steht allen Kindern jederzeit zur Verfügung.

Auch während der Gartenzeit steht ein großer Wasserbehälter für die spielenden Kindern bereit.

Zusätzlich zum Wasser gibt es zum Frühstück ungesüßten Tee und auch zur Brotzeit stehen gefüllte Wasserkannen auf den Tischen bereit. Sollte es zu besonderen Anlässen Schorle geben, dann immer im Mischverhältnis 1:3.



4. Besonderheiten der Gemeinschaftsverpflegung

4.1. Verpflegung der Kleinkinder

Unser Speiseplan wird so erstellt, dass die Speisen für alle Altersgruppen die von uns gepflegt werden, geeignet sind. Bei den jüngeren Krippenkindern müssen jedoch aufgrund der körperlichen Entwicklung einige Besonderheiten berücksichtigt werden.

Die kleinen Kinder in der Krippe werden nach Rücksprache mit den Eltern Schritt für Schritt an die Normalkost herangeführt. Sie lernen, selbständig nach und nach mit Besteck zu essen und aus dem Glas zu trinken. Bei der Auswahl der Lebensmittel wird berücksichtigt, dass die zum Kauen erforderlichen Backenzähne der Kinder noch nicht voll entwickelt sind. Bei Bedarf werden die Mahlzeiten auch püriert.

Blähende Lebensmittel wie Kohl und Hülsenfrüchte bieten wir nur in geringen Mengen und schrittweise nach individueller Verträglichkeit an.

4.2 Essensversorgung für Kinder mit besonderen Bedürfnissen

Kinder, die aufgrund einer Allergie oder einer chronischen Erkrankung auf eine besondere Form der Ernährung angewiesen sind, versuchen wir im Rahmen unserer Möglichkeiten entgegen zu kommen. Dazu bedarf es immer eines ärztlichen Attests und der Bereitschaft der Eltern in Zusammenarbeit.

Es besteht zudem die Möglichkeit, Kinder für eine vegetarische Verpflegung einzutragen.

4.3 Zwischenmahlzeit

Alle Zwischenmahlzeiten die angeboten werden, sind mit den Speisen der Mittagsverpflegung abgestimmt. Auch hier richten wir uns nach der Empfehlung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE).

Zu den Zwischenmahlzeiten bieten wir z.B.:

- frisches Obst und Gemüse
- Joghurt, Quark, Frischkäse mit Obst
- Käse
- Butter oder Frischkäse als Streichfett
- Kuchen immer zuckerreduziert und mit Dinkelmehl gebacken
- Vollkornbrot, Brezen



4.4 Umgang mit Süßigkeiten

In unsere Küche wird mit Roh-Rohrzucker, Honig oder Datteln gesüßt. So wird vermieden, dass der Geschmack der Kinder auf süß „programmiert“ wird.

4.5. Verpflegung bei Festen und Feierlichkeiten

Feste, für Kinder und deren Eltern mit genussvollem Essen und Trinken stärken das Gemeinschaftsgefühl und bleiben in schöner Erinnerung.

Das Speisenangebot im Rahmen verschiedenster Feste ist sehr vielfältig und orientiert sich an Bräuchen und Essgewohnheiten verschiedenster Nationen. Damit die Feste zu einem ein genussvolles Erlebnis wird, ist darauf zu achten, dass die geltenden Vorschriften zur Lebensmittelsicherheit und Hygiene bekannt gemacht und eingehalten werden. Und Kärtchen mit dem Namen der Köstlichkeiten und einer Zutatenliste hilft, eventuelle allergische Reaktionen zu vermeiden.

Zu den konzeptionellen Besonderheiten gehören

- das Elternfrühstück für Familien die ein Krippenkind im Haus haben
- das internationales Abendessen zur Begrüßung des neuen Jahres ist ein kulinarisches Fest aller Nationen im Haus
- zum Sommerfest veranstalten wir gerne ein großes Picknick im Garten

5. Organisationsqualität

5.1. Nachhaltigkeit

Der Aspekt der Nachhaltigkeit spielt für uns eine wichtige Rolle. Konsequentes nachhaltiges Handeln ist für Klima, Böden, Tiere, Pflanzen und Menschen wichtig.

- Wir berücksichtigen beim Einkauf in erster Linie saisonale Produkte.
- Bioanteil der Lebensmittel beträgt 65-70%
- Durch sorgfältige Planung vermeiden wir so gut es geht Essensreste.
- Die Portionen werden sorgfältig berechnet.
- Eine ausgewogene Speisenzusammenstellung trägt zur Sättigung und zum Wohlbefinden bei.
- Wir reduzieren die Mengen beim Fleischverbrauch zugunsten von Gemüse und Vollkornprodukten.
- Sowohl beim Einkauf als auch im Küchenalltag vermeiden wir unnötigen Müll z. B. durch Mehrweg- oder große Verpackungseinheiten.

5.2. Hygiene

Die Regelungen zur Hygiene im Haus sind im Hygieneplan festgehalten. Alle Regelungen zur Lebensmittelhygienepaxis sind für alle Mitarbeiter*innen der Hauswirtschaft jeder Zeit zugänglich. Wir beachten die Hygienepaxis nach HACCP mit entsprechender Dokumentation.

Alle Mitarbeiter* innen werden einmal jährlich nach Infektionsschutzgesetz §42/43 zum Umgang mit Lebensmitteln belehrt.

Von jeder Speisekomponente werden die gesetzlich vorgeschriebenen Rückstellproben genommen und 21 Tage aufbewahrt.

5.3 Qualitätskontrolle und Beschwerdemanagement

Die Speiseplanung wird regelmäßig überprüft und bearbeitet.

Das Verpflegungsteam (vertreten durch Mitarbeiterinnen aus Krippe, KiGa und Elternbeirat) trifft sich regelmäßig um die Qualitätsstandards zu überprüfen.

Ansprechpartner*innen für Anregungen oder Beschwerden sind an Linie die Einrichtungsleitung und an die Hauswirtschaftsleitung zu richten

Im Rahmen des Beschwerdemanagement suchen wir gegebenenfalls gemeinsam nach Lösungen.

Quellenangabe

- Amt für Landwirtschaft, Ernährung und Forsten
- OptiMix / Optimierte Mischkost für Kindertageseinrichtungen
- DGE / Deutsche Gesellschaft für Ernährung
- Fotos: Dorothee Würz

Stand: 24.November 2020