



Ernährungskonzept der Städtischen Kinderkrippe

Stand: Juni 2024



**Städtische
Kinderkrippe
Weidelbachstr.28
92676 Eschenbach**

**Träger:
Stadt Eschenbach i. d.OPf.
Ansprechpartner:
Bürgermeister
Marcus Gradl**

**Pädagogische Leitung:
Jenny Kassler
Büro: 09645-602950-20
oder E-Mail:
kinderkrippe@eschenbach-opf.de**



Inhaltsverzeichnis

1. Ernährungsleitbild
2. Rahmenbedingungen
3. Frühstück in der Kinderkrippe (transparente Wochenübersicht)
4. Mittagessen in der Krippe (transparente Essensübersicht)
5. Speisenangebot und Auswahlmerkmale beim Speiseplan
6. Ablauf des Frühstücks
7. Ablauf des Mittagessens
8. Tischsprüche und Aufmachung für die Kinder in der Krippe
9. Gesunde Ernährung von Kindern
10. Frühstück- und Snackdosen (Mögliche Ideen)
11. Verantwortungsvolles Einkaufen fürs Frühstück
12. Hygienemanagement und Schulungen
13. Quellen
- Schlusswort



1. Ernährungsleitbild

Wir legen großen Wert auf eine gesunde und abwechslungsreiche Ernährung.

Die Kinder bekommen eine ausgewogene Ganztagesverpflegung. Diese ist gekennzeichnet durch Bio- und regionale Produkte.

Das Mittagessen und die Brotzeit sind Teil unserer pädagogischen Arbeit. Die Verpflegung in unserer Krippe ist in unserer pädagogischen Konzeption verankert und wird deshalb ganzheitlich als Bildungssituation betrachtet und pädagogisch begleitet.

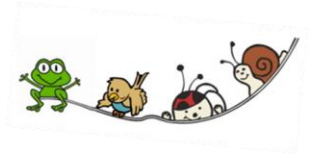
Wir wollen jedem Kind die gleichen Voraussetzungen bei der Ernährung ermöglichen, egal welcher Herkunftsfamilie und sozioökonomischen Status.

Genuss in Gemeinschaft ohne Beurteilung und Vergleichen!

Essen
ist ein Bedürfnis,
genießen
ist eine Kunst.
La Rochefoucauld

Unser Leitspruch in unserer pädagogischen Arbeit:





2. Rahmenbedingungen und Organisation

Rahmenbedingungen:

Wir legen großen Wert auf eine gesunde und abwechslungsreiche Ernährung. Die Kinder werden in der Krippe vollverpflegt.

Alle Kinder nehmen mit Eingehen des Betreuungsvertrages an dem Verpflegungskonzept teil.

Die tägliche Verpflegung ist Teil unserer pädagogischen Arbeit!

Die Ernährung und Gesundheit ist ein wesentlicher Bestandteil unseres Tagesablaufes. Unser Tagesablauf kommt dem Wohlbefinden der Kinder zugute. Alle Mahlzeiten sind im pädagogischen Alltag integriert.

Es geht nicht nur um die reine Aufnahme von Essen. Mahlzeiten in der Krippe bedeuten nicht nur satt zu werden. Sie unterbrechen den Tagesablauf und vermitteln den Kindern einen immer wiederkehrenden Rhythmus. Essen ist eine sinnliche Erfahrung. Die Kinder können das Essen sehen, riechen, schmecken und fühlen. Die Mahlzeiten in der Krippe sind ritualisiert, es entsteht eine gemeinschaftliche, kommunikative Situation.

Wichtig ist uns hierbei:

- Kinder können wählen, ob sie vegetarische Alternativen essen wollen,
- Komponenten selbst wählen von Tagesangebot
- für Kinder mit Allergien gibt es Sondervereinbarungen
- Das Essen wird auf die Entwicklungsbedürfnisse des Kindes angepasst
- Flaschennahrung, Brei- und Beikost wird nach Rücksprache mit den Eltern von Kinderkrippe besorgt
- Ablauf/Struktur der Essensituation erfassen und selbständiges Tun
- Umgang mit Lebensmitteln erproben, erfahren (hygienischer Umgang)
- Körperempfindungen beim Essen und Trinken spüren und äußern (Durst und Völlegefühl)
- Erleben von Gemeinschaft und Wohlgefühl
- entspannte Atmosphäre (ohne Zeitdruck)
- Tischkultur erleben und erlernen (Verhalten am Tisch, bzw. Umgang mit Geschirr und dem Tischnachbarn)

Das Frühstück und Mittagessen findet im Nebenraum mit der jeweiligen Gruppe statt.



Bei Essen-, Pflege- und anderen Handlungseinheiten können sich die Kinder je nach Entwicklungsstand einbringen. Das unterstützen wir gezielt mit unserer Sprache und Handlungsimpulsen. Bei den Essenszeiten, wie Frühstück und Mittagessen, helfen die Kinder ihrer Entwicklung entsprechend bei der Vor- und Nachbereitung, wie z.B. Tisch aufdecken und abräumen, Vorbereitung der Speisen, usw. Sie entscheiden, was und wieviel sie essen möchten.

Essenszeiten:

Frühstück ab 9.00 Uhr

Mittagessen ab 11.30 Uhr

Vesper ab 14.30 Uhr wie Brotzeitsituation

Obst- und Gemüserunden (nach Bedarf)

Preiszusammensetzung der Verpflegungskosten entnehmen sie der aktuellen Kita-Ordnung!

Organisation:

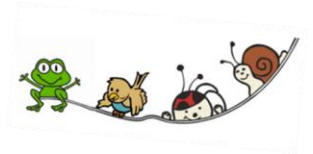
Das Gemüse, Obst, Käse und Joghurt wird vom Biohof Hutzelhoof geliefert. Das Brot erhalten wir von der Biobäckerei Forster aus Windischeschenbach. Wurst und Butter wird ortsnahe zugekauft. Getränke wie Wasser und ungesüßten Tee erhalten die Kinder ebenfalls in der Krippe.

Das Mittagessen wird verzehrfertig von der Metzgerei Rauh geliefert. Dieser bereitet weitestgehend traditionelle Gerichte aus der deutschen Küche zu.

Bereits beim Einkauf für die Mahlzeiten, die wir selbst anbieten wird auf hochwertige Lebensmittel (Honig vom Imker, selbstgemachte Marmelade, Bio-Obst vom Hutzelhoof, Joghurt im Glas, Brot vom Biobäcker) geachtet.

Interessantes als Information! 😊

- Viele Aktionen zur Nachhaltigkeit wie z.B. beteiligen sich die Kinder am Bepflanzen des Hochbeetes im Garten.
- Wir sind bereits drei Mal zur Ökokids Krippe ausgezeichnet worden. Zertifikate können im Eingangsbereich angesehen werden. Hierbei ging es bei den eingereichten Themen für die Auszeichnung auch um Nachhaltigkeit im Garten und beim Essen.
- Regelmäßig messen wir die Tellerreste um gezielt die Essensportionen bei unserem Caterer zu bestellen.



3. Frühstücksplan der Krippengruppe (transparente Wochenübersicht)

Zurzeit ist das Frühstücksangebot wie folgt aufgebaut. Diese wird immer wieder im Team analysiert und auch umgestellt. Diese Übersicht hängt im Eingangsbereich der Krippe aus. Durch die Piktogramme ist für die Kinder sofort ersichtlich, was es an welchem Tag gibt. Die Eltern dürfen das Frühstück durch Honig und Marmeladenspenden jederzeit unterstützen.

Montag 	- Dinkelvollkornbrot mit/ohne Butter - Marmelade (Geschmacksrichtung nach Jahreszeit) 
Dienstag 	- Roggenbrot mit/ohne Butter - Honig (Aus der Umgebung) 
Mittwoch 	- Bio Urkornbrot mit/ohne Butter - Käse (Cheddarkäse) - Gurken - Frischkäse 
Donnerstag 	- Joghurt (Vanillegeschmack) - Müsli - Obst 



Freitag



- Dinkelkastenbrot mit/ohne Butter
- Schnittkäse
- Paprika oder Schnittlauch (nach Saison)



Stand Februar 2024

Obst vom Hutzelhof (Bio-Qualität) gibt es täglich nach Wunsch der Kinder zum Frühstück



4. Mittagessen in der Krippengruppe (transparente Essensübersicht)

Diese dient:

- Als Einblick für Kinder und Eltern!
- Um Kinder auf die Mahlzeiten einzustimmen und darüber Gespräche zu führen.
- Zur Appetitanregung

Dieser wird jede Woche aktualisiert!

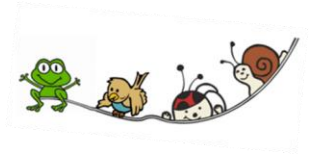
Speiseplan

vom Hirtshof (Bio-Qualität) gibt es täglich nach Wunsch der Kinder zum Frühstück

Frühstück			Mittag	
Montag	- Dinkelvollkornbrot mit/ohne Butter - Marmelade (Geschmacksrichtung nach Jahreszeit)	MO		Schinkennudeln und Salat
Dienstag	- Roggenbrot mit/ohne Butter - Honig (Aus der Umgebung)	DI		Überbackener Gemüseauflauf mit Kartoffeln und Salat
Mittwoch	- Bio Urkornbrot mit/ohne Butter - Käse (Cheddarkäse) - Gurken - Frischkäse	MI		Gulasch mit Nudeln und Salat
Donnerstag	- Joghurt (vollfetteschmeck) - Müsli - Obst	DO		Spanferkel mit Knödel und Salat
Freitag	- Dinkelkastenbrot mit/ohne Butter - Schnittkäse - Paprika oder Schnittlauch (nach Saison)	FR		Nudelsuppe
				Gemüsknödel mit Vanillesoße

ALLERGENE UND INHALTSSTOFFE

- | | |
|--|------------------------|
| 1: Milch und Milcherzeugnisse | : Geschmacksverstärker |
| 2: Eier und Eiererzeugnisse | : Phosphat |
| 3: Soja und Sojaerzeugnisse | : Konservierungsstoff |
| 4: Glutenhaltiges Getreide + Erzeugnisse davon | : Antioxidationsmittel |
| 5: Fisch und Fischerzeugnisse | : Farbstoff |
| 6: Krebstiere + Krebstiererzeugnisse | : Süßungsmittel |
| 7: Weichtiere und Weichtiererzeugnisse | |
| 8: Schalenfrüchte + Erzeugnisse davon | |
| 9: Sesamsamen + Sesamenerzeugnisse | |
| 10: Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse | |
| 11: Schwefeldioxid und Sulfite | |
| 12: Sellerie und Sellerieerzeugnisse | |
| 13: Senfsamen + Senfsamenerzeugnisse | |
| 14: Lupine + Erzeugnisse davon | |



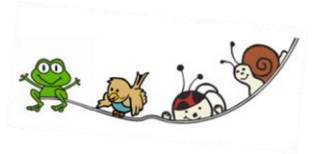
5. Speisenangebot und Auswahlmerkmale beim Speiseplan

In unserem Eingangsbereich befindet sich ein bildnerisch gestalteter Speiseplan. Dort bekommen Sie Informationen darüber, welche Gerichte für die aktuelle Woche angeboten werden.

Das Speisenangebot beinhaltet regionale, und saisonale Lebensmittel, um eine schmackhafte, vollwertige und abwechslungsreiche Mittagsverpflegung anzubieten.

Dabei wird auf eine ausgewogene Kost geachtet:

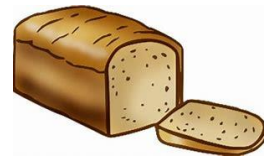
- Viele vegetarische Speisen
- Möglichst wenig Fleisch
- Suppen sind bei Brühe auf Fleischbasis, bei Gemüsesuppen auf Gemüsebasis
- Salat als Beilage (meist gibt es zwei Salat für die Kinder z.B. rote Beete und Eisbergsalat zur Wahl)
- Kartoffeln
- Getreideprodukte
- Selten frittierte Speisen
- Süßspeise als Nachspeise (nicht täglich)
- Auf „Kinderwünsche“ achten, was sie essen, würden
- Möglichst 1x Fisch als Mittagsmahlzeit
- Ungesüßten Früchtetee und Wasser als Trinkangebote



6. Ablauf des Frühstücks

Vorbereitung während der Bringzeit

- Tee kochen
- Brote mit Butter bestreichen
- Obst auf Schälchen mit Messer vorbereiten
- Tee und Wasser in die Kannen füllen



Morgenkreis

Übergang (jede Gruppe individuell)

- Lied singen, Spruch sagen, ...



Hände waschen

- Hände waschen im Bad in Kleingruppen (eine Fachkraft begleitet)
- Die anderen Kinder warten im Gruppenzimmer (eine Fachkraft begleitet)
- Tausch der Gruppen
- Fachkraft, die Frühstück vorbereitet hat, verteilt die Tischsets auf den Plätzen der Kinder und hilft beim Decken der Tische

Frühstück

- Kinder haben festen Sitzplatz
- Kinder holen sich Teller/Schüssel, Tasse und evtl. Besteck
- Bei Joghurt Lätzchen abgezählt in die Tischmitte legen, damit Kinder sich nehmen können
- Tischspruch → Beginn Frühstück
- Essen und Trinken wird von einer Fachkraft auf beide Tische verteilt
- Kinder dürfen selbst einschenken und Essen fassen (je nach motorischem und kognitivem Entwicklungsstand)
- Obst wird am Tisch geschnitten vor den Kindern
- Kinder räumen Geschirr eigenständig auf (für das benutzte Geschirr gibt es einen festen Platz im Schrank)



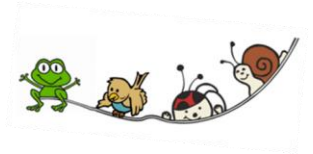
Hände waschen

- Hände waschen im Esszimmer (eine Fachkraft begleitet)



Allgemein

- Kinder dürfen bei Frühstücksvorbereitung helfen (schneiden z. B.) oder Geschirrspüler ein- und ausräumen
- Kinder müssen nicht aufessen oder probieren, wenn sie nicht möchten



7. Ablauf des Mittagessens

Vorbereitung

- Kannen mit Tee und Wasser auffüllen
- Tischsets platzieren



Übergang (jede Gruppe individuell)

- Lied singen, Spruch sagen, ...

Hände waschen

(siehe Ablauf Frühstück)



Mittagessen

- Kinder haben festen Sitzplatz
- Kinder holen sich Teller/Schüssel, Tasse und evtl. Besteck
- Lätzchen abgezählt in die Tischmitte legen, damit Kinder sich nehmen können
- Essen und Trinken wird von einer Fachkraft auf beide Tische verteilt
- Kinder dürfen selbst einschenken und Essen fassen (je nach motorischem und kognitivem Entwicklungsstand)
- Kinder räumen Geschirr eigenständig auf

Hände waschen

- Hände waschen im Esszimmer (eine Fachkraft begleitet)

Allgemein

- Kinder müssen nicht aufessen oder probieren, wenn sie nicht möchten
- Kinder werden gefragt, was sie von dem Essen auf ihrem Teller möchten
- Essen auf einem separaten Teller schneiden und erst dann auf die Teller der Kinder verteilen

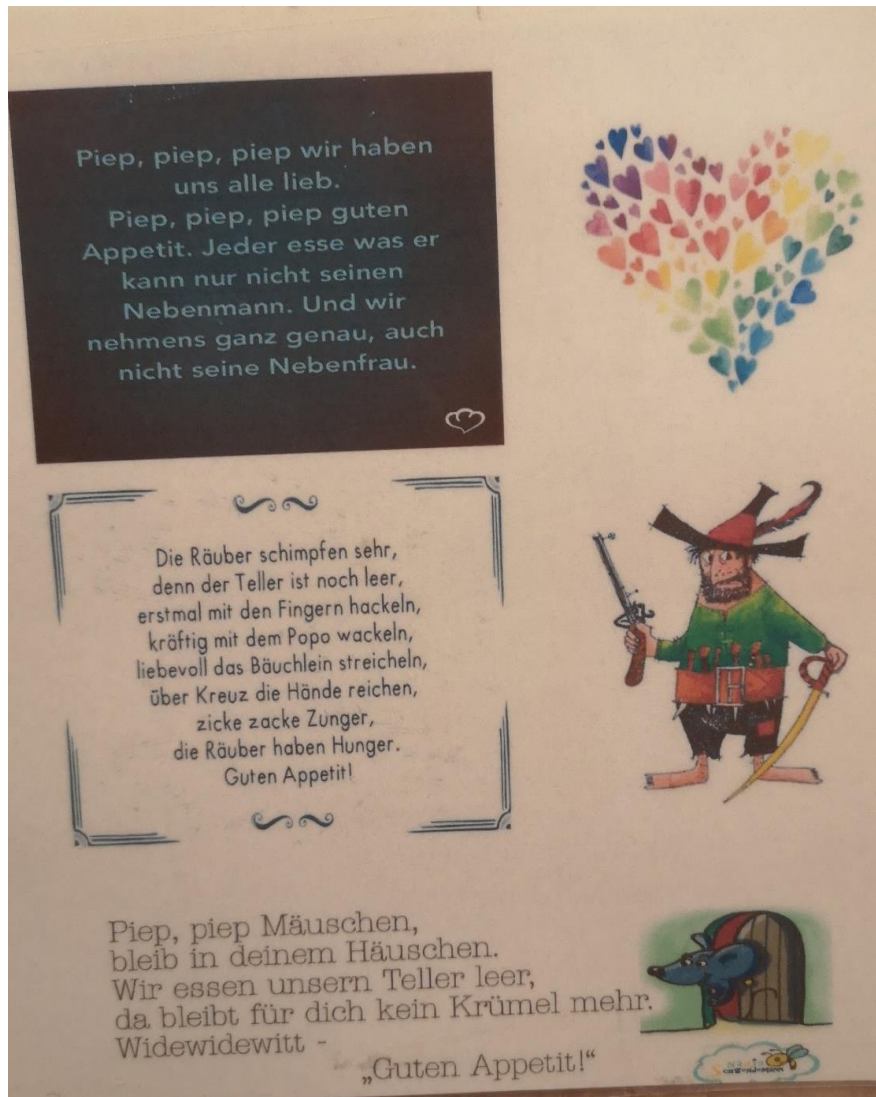
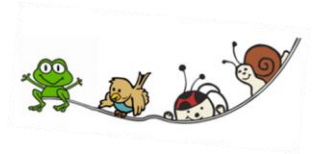


8. Tischsprüche und Aufmachung für die Kinder in der Krippe

Aushang im Gruppenzimmer:

Hier können die Kinder anhand der Piktogramme ihren täglichen Tischspruch wählen.





• Essenszeit - unsere Reime



Das Häschen frisst Karotten,
das Mäuschen Käs' und Speck.
Der Frühstückstisch ist nun gedeckt
und wir essen alles weg.
Guten Appetit.



Schneller als die Feuerwehr,
essen wir die Teller leer.
Jede Frau, jeder Mann,
schnell mal an die Teller ran.
Guten Appetit!



Die Räuber schimpfen sehr,
der Teller ist noch leer,
erstmal mit den Fingern hackeln,
kräftig mit dem Popo wackeln,
liebevoll das Bäuchlein streicheln,
über Kreuz die Hände reichen,
zick zacke Zunger,
die Räuber haben Hunger.
Guten Appetit!

Rolle rolle rolle,
der Teller ist ganz volle.
Der Bauch, der ist ganz leer,
und brummt wie ein Bär.
Da oben fliegt ein Brummer
und wünscht uns guten Hunger.
Guten Appetit!



Ippel di wippel,
die Wurst hat zwei Zippel.
Der Schinken vier Ecken,
drum lasst es euch schmecken.



9. Gesunde Ernährung von Kindern (Tipps von „Werkstatt der Guten Gedanken“/www.sandra-warsewicz.de)

Diese Tipps decken sich sehr mit unserer pädagogischen Haltung. Deshalb haben wir sie mit in unser Ernährungskonzept mit aufgenommen.

Gesunde Ernährung von Kindern

ALS BAUSTEIN FÜR DIE ENTWICKLUNG UND DAS WOHLBEFINDEN

FÖRdert:
DIE VERDAUUNG, DIE MUNDMOTORIK, KONZENTRATION, LERNFÄHIGKEIT & BEUGT ALLERGIE VOR.

TIPPS

ERWACHSENE ALS VORBILDER*INNEN & IMPULSGEBER*INNEN

PROBIEREN MIT ALLEN SINNESLEBENSMITTEL KENNEN LERNEN

BEWUSSTE ZEIT FÜR MAHLZEITEN & GEMEINSAMES ESSEN

GUTEN APPETIT

IDEEN

ALTERNATIVEN ZU VERARBEITETEN LEBENSMITTEL & SÜßIGKEITEN ANBIETEN. ÄUßERTST SPARSAM MIT SALZ UND ZUCKER UMGEHEN.

ZU TRINKEN EMPFEHLEN WIR: WASSER, UNGESÜSSTEN TEE, MILCH UND PFLANZENMILCH

NEUE UNBEKANNTE & SAISONALE LEBENSMITTEL AUSPROBIEREN- DAS FÖRdert DIE GESCHMACKSBILDUNG & FREUDE AM ESSEN

Werkstatt der guten Gedanken



10. Frühstücks- und Snackdosen (Tipps von „Werkstatt der Guten Gedanken“/www.sandra-warsecicz.de)

Frühstücks- und Snackdosen

Für das Wohlbefinden der Kinder ist gesundes Essen besonders wichtig.
Anbei ein paar Ideen:

ROHES GEMÜSE:



Tomaten,
Möhren,
Paprika,
Oliven,
Gurke,
Kohlrabi,
etc.

MILCHPRODUKTE:



Milch, Naturjoghurt,
Buttermilch, Quark,
Dickmilch oder pflanzliche
Alternativen

BACKWAREN:



Knäckebrot,
Reiswaffeln,
Körnerbrötchen,
Vollkornzwieback,
Vollkorntoast
Sesam oder
Mohnstange,
herzhaftes
Gebäck,
Vollkornbrot,
Mischbrot (mit
Rinde)

BELAG/AUFSTRICH



Käse,
Wurst,
Ei,
Butter oder
Margarine,
Frischkäse,
diverse
Aufstriche,
Gewürzgurken,
Salat....

MÜSLI:



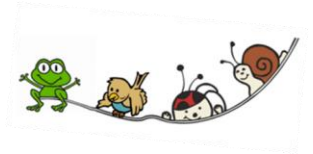
ungesüßte
Getreideflocken
& Kornflakes,
Kerne, Rosinen,
klein-
geschnittenes
Obst,
Trockenfrüchte

FRISCHES OBST DER SAISON:



Apfel,	Aprikosen,	Blaubeeren,
Birne,	Melone,	Himbeeren,
Mandarine,	Banane,	Kiwi,
Pflaume,	Erdbeeren,	...
Nektarinen,	Pfirsich,	
Ananas,	Johannisbeeren,	

Werkstatt der guten Gedanken



11. Verantwortungsvolles Einkaufen fürs Frühstück

Bestellung beim Hutzlhof Apfel Birnen Bananen Gurke Käse Vanillejoghurt	Die Menge richtet sich immer nach der vorhandenen Kinderzahl Am Freitag kann für kommende Woche (Dienstag) umbestellt werden (Lisa)
Butter, Frischkäse, Kindermüsli Tee, Honig	Einkauf beim örtlichen Supermarkt Angebote nutzen Je nach Bedarf einkaufen (Lisa)
Brot	Wird alle 3 bis 4 Wochen beim Biobäcker in Pressath bestellt. Danach von Stephanie in Scheiben geschnitten und eingefroren Der Frühdienst nimmt Brot aus der Gefriertruhe, je nach Bedarf
Brotzeit am Nachmittag	Falls vorhanden werden Reste vom Frühstück gegessen. Obst frisch aufgeschnitten Brotscheiben nach Bedarf nochmal aufgetaut (Susanne)
Besondere Tage, wie Osterfrühstück oder Faschingsfrühstück	Es wird nach Absprache eingekauft
Marmelade	Wird nach Bedarf gekauft oder in der Saison selber mit den Kindern gekocht

- Kühlketten einhalten
- Brot und Obst je nach Anzahl der Kinder vorbereiten
- Joghurt auf Haltbarkeitsdatum achten
- Bestellung beim Hutzlhof immer wieder anpassen

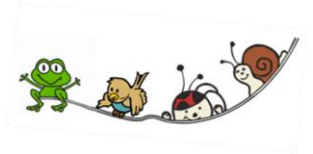
**Städt. Kinderkrippe
Eschenbach**



Woche: _____ (5 Tage)

Gruppe	Mi. 10.4.	Do. 11.4.	Fr. 12.4	Mo.15.4.	Di.16.4.	Insgesamt pro Gruppe
--------	-----------	-----------	----------	----------	----------	----------------------

[illegible]



12. Hygienemanagement und Schulungen

Infektionsschutzbelehrung

Neue Kolleg*innen werden vor Einstellung durch den Allgemeinarzt zum Infektionsschutz belehrt. Die Belehrung beinhaltet Vorschriften und Hygienemaßnahmen, wenn der Kontakt mit Lebensmitteln entsteht.

Im Anschluss werden die Kolleg*innen jährlich von der Leitung der Einrichtung Folgeunterwiesen.

Nur mithilfe der Folgeunterweisungen wird und bleibt das Gesundheitszeugnis gültig.

13. Quellen

Anregungen und Inhalte:

- Ernährungscoaching „Tischlein deck dich“
- Werkstatt der guten Gedanken
- Krippenkonzeption

Schlusswort

Durch die Umsetzung des Verpflegungskonzeptes möchten wir zur Gestaltung eines gesundheitsfördernden Lebensumfeldes in der Kita beitragen.

Die Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung, vertreten durch Fr. Christina Apel und Fr. Katharina Goerg, unterstützen uns sehr engagiert beim Coaching Kitaverpflegung im Jahr 2023/2024.

Sie begleiteten uns ein Jahr lang, besuchten uns vor Ort in der Kita. Wir als Kita-Team haben in dieser Zeit zum Thema Verpflegung viel Wissenswertes dazugelernt und konnten neue Strukturen und Abläufe erfahren und umsetzen. Dafür möchten wir uns sehr herzlichst bedanken.

*Gezeichnet Team der Städtischen Kinderkrippe Eschenbach i.d.Opf.
Leitung: Fr. Jenny Kassler*