



Essen und Trinken in den Tages- einrichtungen

Elterninformation

STUTTGART



Liebe Eltern,

Ihre Kinder in Tageseinrichtungen erleben jeden Tag, wie viel Freude das gemeinsame Essen in der Gruppe macht. Dabei sollen die angebotenen Speisen lecker, nachhaltig und natürlich ernährungsphysiologisch ausgewogen sein. Denn wie sich Kinder entwickeln, hängt zum großen Teil auch davon ab, was sie essen und trinken. Wir möchten, dass es Ihren Kindern schmeckt, und sie dabei bestmöglich sowie umfassend versorgen.

Wir haben daher ein Verpflegungskonzept entwickelt, das auf ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen basiert. Zu dessen Umsetzung sind verschiedene Kompetenzen gefragt. Beim Jugendamt sind dafür jeden Tag Ernährungswissenschaftler*innen, Küchenmeister*innen, hauswirtschaftliche Betriebsleiter*innen und Köchinnen*Köche im Einsatz sowie zahlreiche hauswirtschaftliche Mitarbeiter*innen, die regelmäßig zur Essenzubereitung und -verfeinerung sowie zur Hygiene geschult und unterwiesen werden. Außerdem nehmen sie, wie die pädagogischen Fachkräfte, an hausinternen Fortbildungen zur gesunden Ernährung teil.

Nachfolgend informieren wir Sie über unser Kita-Verpflegungskonzept und wichtige Regelungen in dessen Zusammenhang. Bitte kommen Sie auf uns zu, wenn Sie weitere Fragen haben.

Ihr Küchen- und Ernährungsteam des Jugendamts

Das Verpflegungskonzept

Essen und Trinken beeinflusst Gesundheit, Wohlbefinden und Lebensqualität. Eine vollwertige Ernährung ist abwechslungsreich, betont den Verzehr von Lebensmitteln pflanzlichen Ursprungs und liefert eine dem Bedarf entsprechende Energiemenge sowie ausreichend Flüssigkeit. Das Verpflegungskonzept des Jugendamts berücksichtigt dies und sichert damit eine bedarfsgerechte, ausgewogene und gesundheitsfördernde Ernährung der Kinder. Nachfolgend sind die einzelnen Punkte beziehungsweise Qualitätskriterien beschrieben.

Mittagessen

- Die Einrichtungsleitungen können täglich aus zwei bis drei Menüs auswählen, die das Kommissionier- und Service-Zentrum für Essen (KSZ'E) zubereitet und zusammenstellt.
- Die von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) zertifizierte Menülinie eins sollte, sofern dem nichts entgegensteht, bevorzugt bestellt werden.
- Täglich stehen vegetarische Menüs sowie jeweils einmal pro Woche Fleisch und Fisch aus nachhaltigem Fang auf dem Speiseplan.
- Das Essen wird im sogenannten Cook-and-Chill-Verfahren hergestellt. Dabei werden frisch gekochte Speisen rasch heruntergekühlt und erst kurz vor dem Verzehr wieder erhitzt. Dadurch bleiben Vitamine und Nährstoffe weitgehend erhalten. In den Kitas wird dann das Essen, je nach Bedarf und Alter der Kinder, nachgewürzt und verfeinert.
- Täglich wird rohes oder gegartes Gemüse und/oder Salat angeboten.



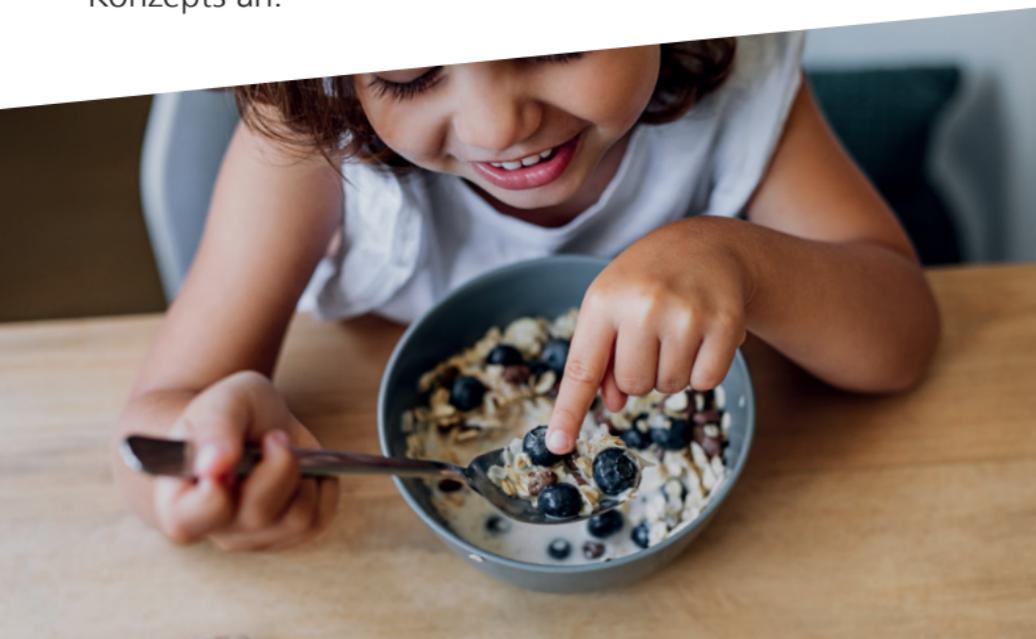
- Die vollwertigen und abwechslungsreichen Mahlzeiten werden möglichst fettarm und mit wenig Zucker sowie Salz zubereitet.
- Das Küchen- und Ernährungsteam legt großen Wert auf faire und biologisch erzeugte Lebensmittel aus der Region.
- Jede Woche liefert das KSZ'E eine Kiste mit unverarbeitetem, saisonalem Gemüse und Obst. Darüber hinaus beteiligen sich viele Kitas am EU-Programm für Schulobst, Schulgemüse und Schulmilch.
- Zum Nachtisch gibt es meistens frische Früchte, ab und zu ungesüßte Molkereiprodukte und Fruchtjoghurts sowie gelegentlich Pudding und Eis.
- Ungesüßter Tee und Mineralwasser mit und ohne Kohlensäure stehen ganztägig bereit.

Organisation

- Jede Kita entscheidet eigenständig über die Organisation des Frühstücks und der Nachmittagsmahlzeit. Dies wird jährlich festgelegt und mit den Eltern abgestimmt.
- Bei Ausflügen kann die Einrichtung anstelle des Mittagessens Gemüse, Obst, Käse und weitere Zutaten im KSZ'E bestellen. Frische Backwaren vom Bäcker um die Ecke ergänzen das Vesper.
- Kulturspezifische und religiöse Essgewohnheiten sowie Essenswünsche von Kindern werden berücksichtigt.

Regelmäßig geprüfte Qualität

Die Menülinie eins des Speiseplans ist von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) zertifiziert und mit deren Logo gekennzeichnet. Sie entspricht damit dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas“. Die Menülinien zwei (vegetarische Alternative) und drei (Eingewöhnungssessen für Kleinkinder) sind ebenfalls ernährungsphysiologisch ausgewogen. Aufgrund der geringeren Abwechslungsmöglichkeiten haben diese Menülinien aber keine DGE-Zertifizierung erhalten. Das Jugendamt strebt für alle städtischen Kitas die DGE-Zertifizierung nach Kriterien des FIT-KID- und INFORM-Konzepts an.



Lebensmittelallergien und -unverträglichkeiten

Zöliakie, Erdnussallergie, Laktoseintoleranz – Lebensmittelallergien und -unverträglichkeiten treten im Kita-Alltag immer häufiger auf. Das Küchen- und Ernährungsteam des Jugendamts arbeitet eng mit der Diätabteilung des Klinikums Stuttgart zusammen. Dadurch kann es jede ärztlich vorgeschriebene Diät umsetzen. Bitte teilen Sie dem Küchen- und Ernährungsteam mit, wenn Ihr Kind an einer Lebensmittelallergie oder -unverträglichkeit leidet. Um es bestmöglich zu versorgen, wird ein ärztliches Attest benötigt.

Ernährungsbildung

Kinder sollen das breite und bunte Angebot an Lebensmitteln kennenlernen, denn das hat auch Einfluss auf das spätere Essverhalten. In der Kita sind hauptsächlich die pädagogischen Fachkräfte für die Ernährungsbildung verantwortlich. Das Ernährungsteam des Fachdiensts bietet darüber hinaus täglich Aktionen nach dem Motto „Kinder entdecken Lebensmittel“ an. Mädchen und Jungen riechen, ertasten, sehen und schmecken dabei Grundlebensmittel mit allen Sinnen. Sie lernen in kleinen Gruppen auch einfache Zubereitungsarten mit vielen unterschiedlichen und saisonalen Lebensmitteln kennen.



Mitbringen von Lebensmitteln

Bitte geben Sie Ihrem Kind keine Süßigkeiten mit. Wie eine abwechslungsreich bestückte Vesperbox aussieht, steht in der Broschüre „Tipps für ein gutes Frühstück“. Diese ist in den Kitas erhältlich und im PDF-Format auf [www.stuttgart.de](https://www.stuttgart.de/medien/ibs/Tipps_fuer_ein_gutes_Fruehstueck.pdf) abrufbar (https://www.stuttgart.de/medien/ibs/Tipps_fuer_ein_gutes_Fruehstueck.pdf).

Sommerfeste und Geburtstage in der Kita sind immer ein Highlight. Dabei spielen die angebotenen Speisen und Getränke eine besondere Rolle. Beim hygienischen Umgang mit Lebensmitteln ist zu beachten:

- Bringen Sie keine Speisen aus rohen Eiern oder Sahne mit. Dazu gehören zum Beispiel: selbst hergestellte Mayonnaise, Salate mit nicht durchgegartem Ei, Süßspeisen mit Eigelb oder Eischnee wie Tiramisu, Kuchen und Torten, deren Füllung oder Creme mit rohem Ei oder Sahne hergestellt wurde.
- Verzichten Sie auch auf Mett, Tatar und nicht durchgegartes Fleischbällchen.
- Bringen Sie nur Produkte mit ausreichendem Mindesthaltbarkeitsdatum mit.
- Bereiten Sie die Speisen erst an dem Tag zu, an dem Sie diese mitbringen.
- Transportieren Sie Lebensmittel nur in sauberen, abgedeckten Behältnissen.
- Folgendes sollte nur gut gekühlt transportiert werden: angemachte Salate, Kuchen mit nicht erhitztem (nicht gebackenem) Belag sowie gekochte Speisen, die erneut erhitzt werden, zum Beispiel Aufläufe, Gemüse, Nudeln, Kartoffeln oder Reis.

Kontakt

Landeshauptstadt Stuttgart

Jugendamt

Essensversorgung, Hauswirtschaft und Fachdienst
für Ernährung

Wilhelmsplatz 8

70182 Stuttgart

Leitung: Gerd Danner

Telefon 0711 216-55597

E-Mail: gerd.danner@stuttgart.de

Weitere Informationen und aktuelle Speisepläne stehen
unter: www.stuttgart.de (Stichwort: Essen Kitas)



Herausgeberin: Landeshauptstadt Stuttgart, Jugendamt, in Verbindung mit der
Abteilung Kommunikation; Redaktion: Tatjana Glodek; Gestaltung: Karin Mutter;
Fotos: Getty Images / ©Weekend Images Inc. (Titel), Getty Images / ©Andrey_
Kuzmin, - / ©miniseries, - / ©Andrey_Kuzmin (innen)
November 2022