

## Bewusste Kinderernährung im Vogelnest



„Kinder verbringen mittlerweile viele Stunden täglich in einer Krippe, Kita oder bei Kindertagespflegepersonen. Sie erleben bei den gemeinsamen Mahlzeiten Freude am Essen, probieren neue Speisen und lernen ganz nebenbei auch Regeln und Rituale. Essen ist etwas Schönes und mit Geborgenheit und Nähe verbunden. Das lernen Kinder ohne Worte an jedem Tag, bei jeder Mahlzeit und am besten an Ihrem Vorbild. Eltern sind nach wie vor die wichtigsten Vorbilder für Kinder, doch gleich danach kommen die betreuenden Fachkräfte.“<sup>1</sup>

Diese Verantwortung übernehmen wir gerne, denn das Themenfeld von Essen und Trinken hat bei uns im Vogelnest einen hohen Stellenwert. Durch Fort- und Weiterbildungsangebote der Landesinitiative BeKi sind unsere Mitarbeiter thematisch immer auf dem aktuellen Stand und durch die Zertifizierung bzw. Rezertifizierung überprüfen wir unsere Mahlzeiten-Standards regelmäßig. In diesen Prozessen entstehen immer wieder neue Ideen und Erkenntnisse und Bewährtes wird beibehalten.

Grundsätzlich ist uns wichtig auf gesunde, regionale und frische Produkte zu achten. In unseren Speiseplänen sind vorwiegend Vollkornprodukte zu finden und Fleisch und Fisch werden in Maßen angeboten. Außerdem stehen Obst und Rohkost täglich auf dem Speiseplan, teilweise sogar aus dem eigenen Hochbeet geerntet.

Die Nahrungszubereitung ist aus organisatorischen Aspekten der Einrichtungsgröße angepasst. So wird im Vogelnest Appenweier das Mittagessen von einer Hauswirtschaftskraft täglich frisch gekocht. Die beiden kleineren Einrichtungen in Urloffen arbeiten mit dem Caterer Gourmet-Kids (<https://www.gourmet-kids.at/>) zusammen und stellen einzelne Komponenten wie bspw. Brot und Müsli selbst her.

Neben vielfältigen und qualitativ hochwertigen Lebensmitteln bedeutet Ernährungsbildung für uns grundsätzlich das Lernen von Essen und Trinken, gemeinsame Mahlzeiten zu gestalten, die Kinder in die Lebensmittelzubereitung einzubinden und Freude und Genuss am Essen zu vermitteln.

<sup>1</sup> <https://landeszentrum-bw.de/,Lde/Startseite/bilden/angebote-krippe-kita>