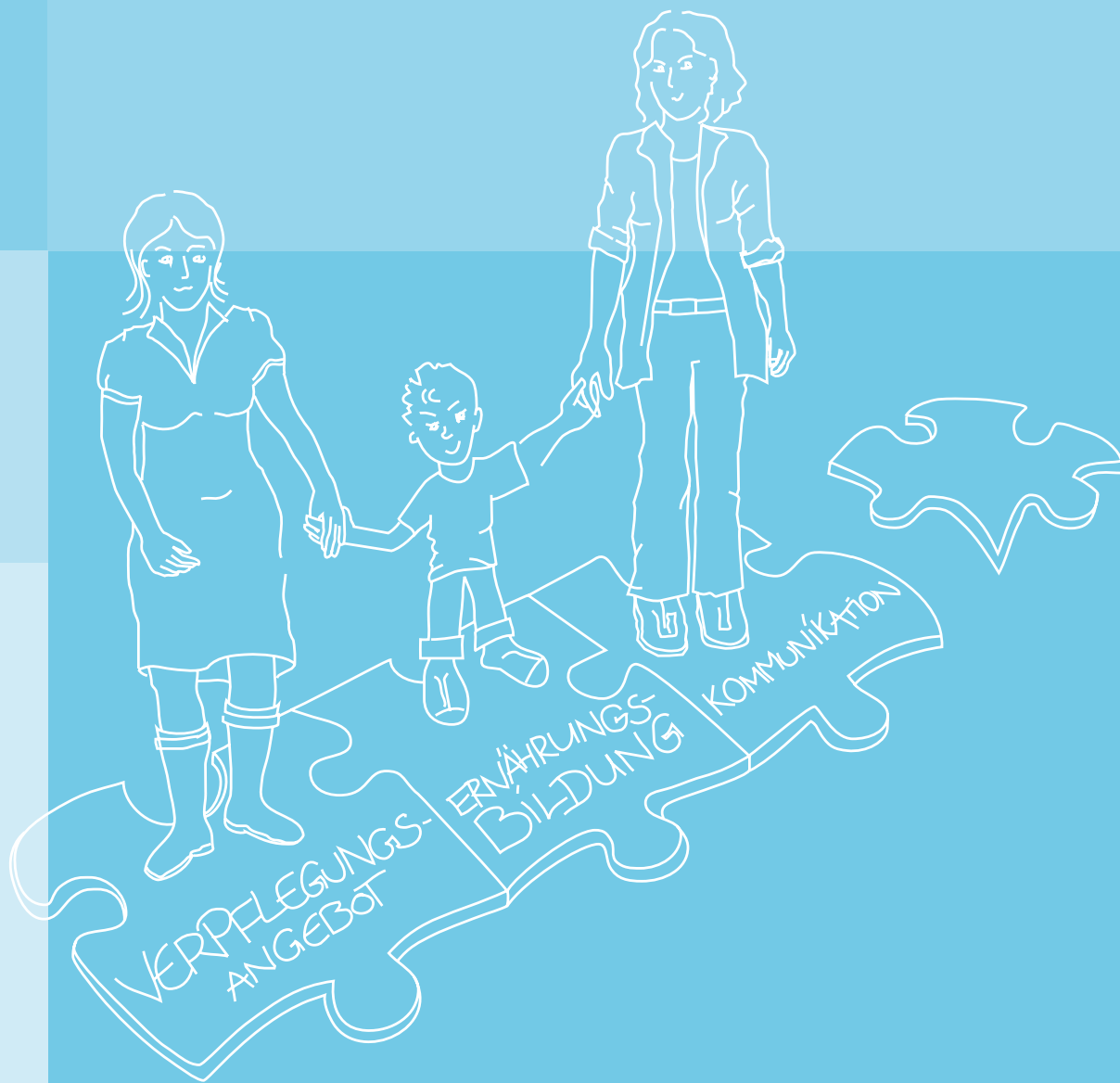


# Essen und Trinken in der guten gesunden Kita

Ein Leitfaden zur Qualitätsentwicklung



Ein Kooperationsprojekt im Rahmen  
von „Kitas bewegen“, durchgeführt von:

AOK Nordost – Die Gesundheitskasse

Bertelsmann Stiftung

Vernetzungsstelle Schulverpflegung Berlin e. V.



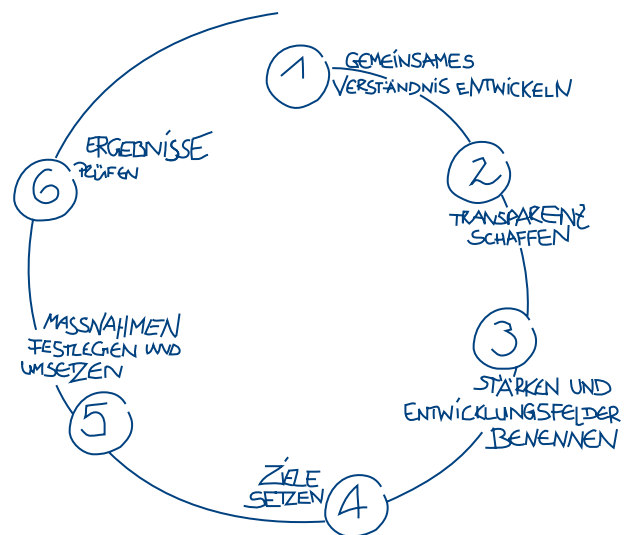
**Kitas bewegen**  
für die gute gesunde Kita

## „Kitas bewegen“ – Der Kreislauf für Bildung und Gesundheit

„Essen und Trinken in der guten gesunden Kita“ ist ein Projekt unter dem Dach von „Kitas bewegen – für die gute gesunde Kita“. Dieses hat Kinder, pädagogische Fachkräfte und Eltern gleichermaßen im Blick. Alle gemeinsam können hier gut aufwachsen, arbeiten und leben. Bildung und Gesundheit gehen in diesem ganzheitlichen Konzept ineinander auf. Es unterstützt pädagogische Fachkräfte, ihre Kita zu einer Lebenswelt zu gestalten, in der Kinder forschend und entdeckend ihre Bildungs- und Gesundheitspotenziale nutzen und erweitern können. Gleichzeitig hat es die gesundheitsförderlichen Arbeitsbedingungen der Mitarbeiter genauso wie das Wohlbefinden der Eltern im Blick.

Im Alltag bedeutet das: Statt Einzelaktionen umzusetzen, treten die Kitas in einen strukturierten Qualitätsentwicklungs-Kreislauf ein. Abgestimmt auf die individuellen Bedürfnisse entwickeln sie Ziele und setzen dafür die selbst gewählten Maßnahmen um. Das kann in jeder Kita anders aussehen: Ob eine Kita die Bewegungsangebote für die Kinder erweitert, die pädagogischen Fach-

kräfte weiterbildet oder die Eltern anders beteiligt, hängt vom Bedarf aller Beteiligten ab. Ist der Kreislauf der sechs Schritte durchlaufen, beginnt die Kita eine erneute Schleife – so entwickelt die Kita ihre Qualität weiter und fördert damit die Bildungs- und Gesundheitschancen der Kinder.



„Kitas bewegen – für die gute gesunde Kita“ wurde als Projekt von der Bertelsmann Stiftung ins Leben gerufen, anschließend seit 2007 in über 50 Kitas erprobt und weiter entwickelt.

### Kooperationspartner in Münster von 2007 – 2010:

Bertelsmann Stiftung

Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen

Stadt Münster

Unfallkasse Nordrhein-Westfalen

### Kooperationspartner in Berlin von 2007 – 2012:

AOK Nordost – Die Gesundheitskasse

Bertelsmann Stiftung

Bezirksamt Berlin Mitte

Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Wissenschaft, Berlin

In Berlin ist daraus 2011 ein eigenes „Berliner Landesprogramm: Kitas bewegen – für die gute gesunde Kita“ entstanden; in NRW bildet das Konzept der guten gesunden Kita einen Schwerpunkt im Landesprogramm „Bildung und Gesundheit NRW“.

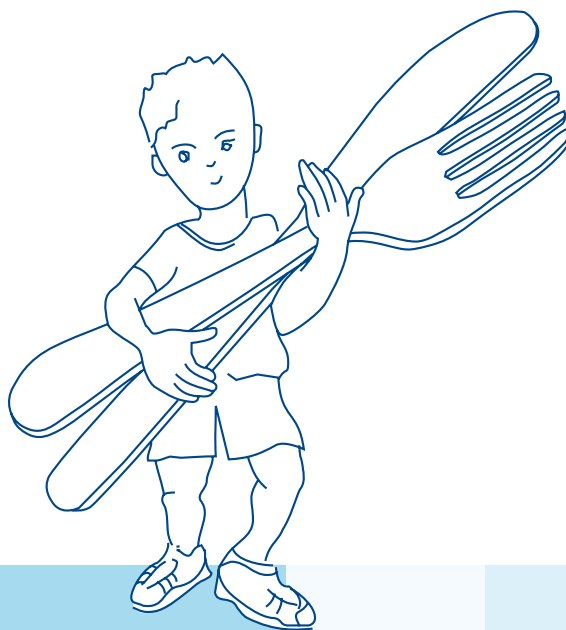
# Inhalt

<b>Einführung</b>	<b>4</b>
<b>1. Gemeinsam essen, gemeinsam lernen</b> Worauf unser Projekt (auf)baut	<b>6</b>
<b>2. Kitas brauchen Orientierung</b> Wie der DGE-Qualitätsstandard Sie durch den Verpflegungsalltag lotst	<b>10</b>
<b>3. Was hat Essen mit Bildung zu tun?</b> Wie die wissenschaftlichen Begleiterinnen das Projekt erlebt haben	<b>12</b>
<b>4. Auf das Miteinander kommt es an</b> Wie Verpflegungsangebot, Ernährungsbildung und Kommunikation ineinander aufgehen	<b>17</b>
4.1 Das Verpflegungsangebot: Nicht nur das Was, auch das Wie zählt	<b>18</b>
4.2 Ernährungsbildung: Es kommt darauf an, was man daraus macht	<b>19</b>
4.3 Kommunikation: Bewusstes Miteinander für Bildung und Gesundheit	<b>21</b>
<b>5. Jede Kita geht ihren eigenen Weg</b> Wie die Kitas die Veränderungen erlebt haben	<b>23</b>
<b>6. Sechs Schritte für die Qualität</b> Wie es Ihnen gelingt, den DGE-Qualitätsstandard umzusetzen	<b>27</b>
<b>7. Verpflegungsangebot, Ernährungsbildung, Kommunikation</b> Wie die Projekt-Kitas den Kreislauf in Gang gesetzt haben	<b>35</b>
<b>8. Der Fragebogen für Kitas – Wo stehen wir jetzt?</b> Die Bestandsaufnahme oder der zweite Schritt im Kreislauf	<b>40</b>
<b>Zum Nachlesen und Weiterlesen</b>	<b>55</b>
<b>Arbeitshilfen und Arbeitsblätter</b>	<b>58</b>
<b>Impressum</b>	<b>66</b>
<b>Handlungsempfehlungen für Kindertageseinrichtungen und Kita-Träger</b>	<b>67</b>

## Liebe Leserin, lieber Leser,

Essen und Trinken – das bedeutet viel mehr als nur satt zu werden und gesund zu bleiben. Wer gemeinsam am Tisch sitzt, der genießt, plaudert, tauscht sich aus, vergleicht und lernt. Essen ist Genuss, macht Spaß und spricht den Körper und die Sinne gleichermaßen an. Wer bewusst damit umgeht, lernt dabei viel über Lebensmittel, aber auch über sich und seine Umwelt. Für Ihre tägliche Arbeit mit Kindern in Kindertageseinrichtungen steckt im Thema Ernährung die große Chance, Gesundheit und Bildung miteinander zu verknüpfen. Wo das gelingt, profitieren Kinder ihr Leben lang von diesen Erfahrungen.

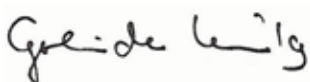
Gibt es bei Ihnen bereits Ansätze, diesen ganzheitlichen Weg zu gehen? Oder wollen Sie sich auf den Weg machen und wissen nicht, welche Schritte Sie nehmen sollen? Mit unserem Leitfaden möchten wir Sie in Ihrem Alltag unterstützen. Hier erfahren Sie, wie Sie mit Hilfe des „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder“ der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. schnell und unkompliziert die Qualität Ihrer Verpflegung verbessern können. Und welche Mittel und Wege es gibt, das Thema Ernährung im Sinne Ihres Bildungsauftrags zu nutzen. Praxisnahe Tipps, Erfahrungsberichte, Anleitungen und das zugehörige Material helfen Ihnen, Ihr individuelles Konzept zu entwickeln und in Ihrer Kita zu verankern.



Erprobt haben wir dieses strukturierte Vorgehen im Zuge von „Kitas bewegen – für die gute gesunde Kita“ in Form eines Projekts speziell zum Thema „Essen und Trinken in der guten gesunden Kita“ gemeinsam mit drei Berliner Einrichtungen: Kita SOS Kinderdorf Berlin-Moabit, Kita Weiße Wolke e. V. im Berliner Wedding und Kita Ramlerstraße des Trägers Kindergärten City, Eigenbetrieb von Berlin. Die Teilnehmerinnen<sup>1</sup> berichten an dieser Stelle, wie es ihnen gelungen ist, konkrete Maßnahmen zur Verpflegungsqualität, Ernährungsbildung und Kommunikation nachhaltig in ihren Alltag einzubinden.

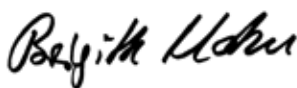
Jede Kita ist unterschiedlich, jede Kita muss ihren eigenen Weg gehen. Nur wenn wir das respektieren, wird es gelingen, Veränderungen dauerhaft im Alltag zu verankern. Wir freuen uns, Sie mit diesem Leitfaden auf Ihrem Weg begleiten und unterstützen zu dürfen.

#### Herzlichst Ihre



**Gerlinde König**

Stellvertretende  
Vorstandsvorsitzende  
der AOK Nordost –  
Die Gesundheitskasse



**Dr. Brigitte Mohn**

Mitglied des  
Vorstandes der  
Bertelsmann Stiftung



**Sabine Schulz-Greve**

Vorstand der  
Vernetzungsstelle  
Schulverpflegung  
Berlin e. V.

<sup>1</sup> Im laufenden Text wird aufgrund der Vielzahl weiblicher Beschäftigter im Bereich Kindertageseinrichtungen generell die weibliche Form verwendet. Natürlich sprechen wir hiermit auch alle männlichen Akteure gleichermaßen an.

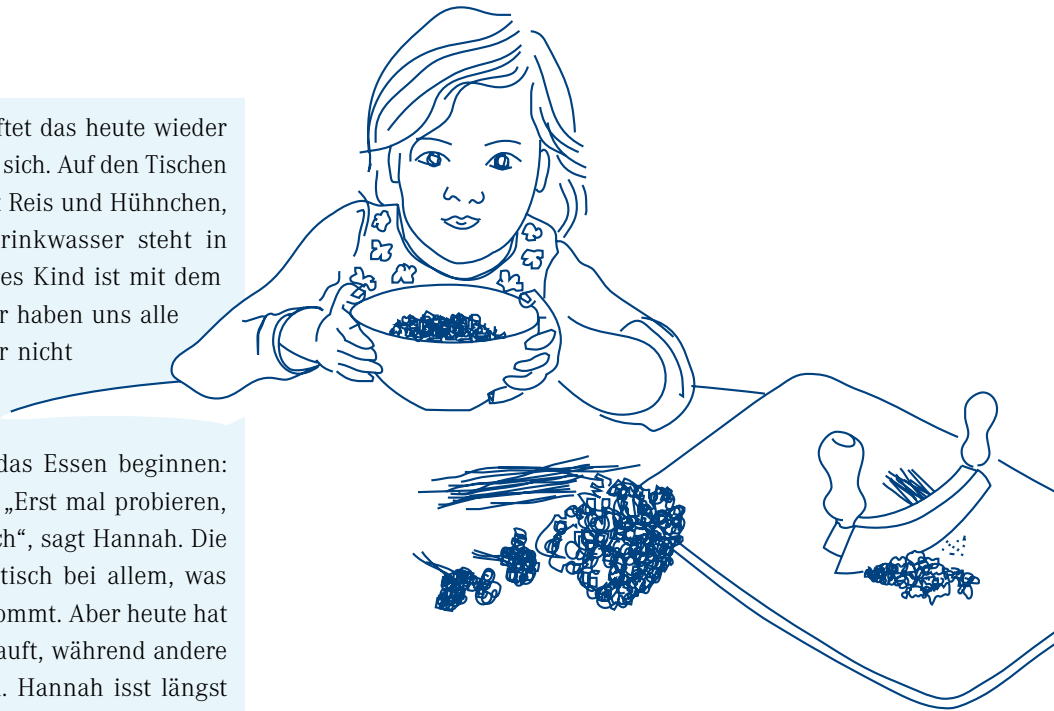
# 1. Gemeinsam essen, gemeinsam lernen

## Worauf unser Projekt (auf)baut

Ein Dienstag im August: „Was duftet das heute wieder gut!“, sagt die Erzieherin und setzt sich. Auf den Tischen in ihrer Kita stehen Schüsseln mit Reis und Hühnchen, dazu gibt es Möhrengemüse, Trinkwasser steht in Karaffen bereit. Immer ein anderes Kind ist mit dem Tischspruch dran: „Piep, piep, wir haben uns alle lieb. Jeder esse, was er kann, nur nicht seinen Nebenmann. Guten Appetit“, sagt Greta ihren

Lieblingsspruch auf. Jetzt kann das Essen beginnen: Die Kinder füllen sich selbst auf. „Erst mal probieren, vielleicht nehme ich noch mal nach“, sagt Hannah. Die Fünfjährige ist immer sehr skeptisch bei allem, was nicht aus Mamas eigener Küche kommt. Aber heute hat sie selbst das Gemüse mit eingekauft, während andere Kinder die Tische gedeckt haben. Hannah isst längst nicht alles. Aber neuerdings probiert sie auch mal Gemüse. Vor allem, wenn sie findet, dass es schön aussieht. Dazu hat sie heute Petersilie aus dem Kräuterbeet im Kita-Garten geerntet und in ihrer Gruppe mit dem Wiegemesser gehackt. Stolz bietet Hannah beim Essen die feingehackten Kräuter an ihrem Gruppentisch an und bedient sich selbst auch.

Haben Sie auch gleich Lust bekommen, sich mit an den Tisch zu setzen? So macht Essen und Trinken Spaß. Und noch dazu lernen Kinder ganz selbstverständlich und durch Alltägliches wichtige Dinge. Essen, das ist Hungerstillen. Aber gleichzeitig ist es viel mehr: Essen, das ist ein aktives, soziales, sinnliches und emotionales Ereignis. Sich wohlfühlen und dabei zu lernen, das ist beim Essen eng miteinander verknüpft. Hinter dem Essen stehen also die beiden Komponenten Bildung und Gesundheit – beides miteinander zu verknüpfen, ist der Leitgedanke des Konzepts der guten gesunden Kita.



### Ernährungsstandards bereichern die gute gesunde Kita

Hochwertige und ausgewogene Ernährung ist ein Merkmal von guter Qualität in der Kita. Mit dem Projekt „Essen und Trinken in der guten gesunden Kita“ sind wir jedoch einen entscheidenden Schritt über den allein gesundheitsförderlichen Aspekt der Ernährung hinausgegangen: Wir haben die Chance ergriffen, das ganzheitliche Konzept der guten gesunden Kita speziell für das Essen und Trinken weiterzuentwickeln. Ein Impuls dafür ging von der Veröffentlichung des „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder“ der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) aus. So konnten wir neueste ernährungswissenschaftliche Erkenntnisse mit den erprobten Grundsätzen der guten gesunden Kita zusammenführen, um die ganzheitlichen und komplexen frühkindlichen Bildungs- und Entwicklungsprozesse jedes Kindes bestmöglich zu unterstützen.

## „Essen und Trinken“ gehört nicht nur auf den Speiseplan

Auf der Grundlage dieses Verständnisses lauteten unsere Ziele für das Projekt: Wir wollen Kitas unterstützen, die Qualität ihrer Verpflegung zu verbessern. Um dem ganzheitlichen Anspruch der guten gesunden Kita gerecht zu werden, reicht eine gesundheitsförderliche Gestaltung des Speiseplanes allein aber nicht aus. Essen und Trinken sind wichtige Themen im gesamten Kita-Alltag. Deshalb ist es zugleich das Ziel, die Kita darin zu unterstützen, die Bildungs- und Lerngelegenheiten rund um das Thema Essen und Trinken zu erkennen und zu nutzen. Essen und Trinken sollen verstärkt in die alltägliche pädagogische Arbeit eingebunden werden, weil Kinder sich darüber sozial, sinnlich und emotional ihre Umwelt aneignen können.

## Gesundheit und Bildung leben

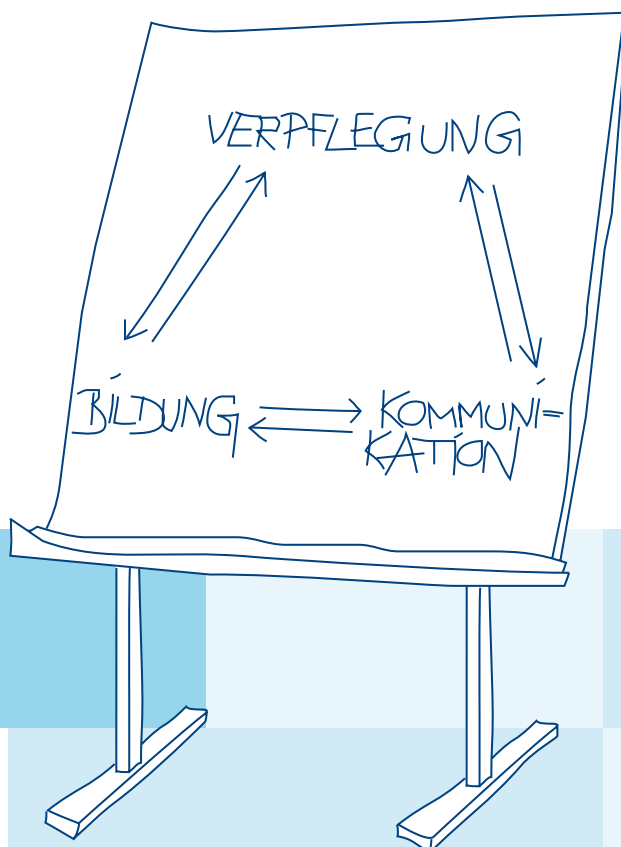
Unser Projekt fand in Berlin im Bezirk Mitte statt: Zwar ist hier die Betreuungsquote höher als anderswo, die Struktur der Kita-Landschaft speziell. Dennoch sind unsere Erkenntnisse auf ganz Deutschland zu übertragen. In Berlin wie anderswo wollen junge Eltern Familie und Beruf miteinander vereinbaren. Dazu brauchen sie ganztägige Betreuungsangebote. So besuchten im Jahr 2010 insgesamt 2,65 Millionen Kinder in Deutschland Kitas und Krippen. Gleichzeitig ist die Bedeutung der frühkindlichen Bildung viel größer geworden. Längst ist klar, dass die Kita die erste wichtige Stufe im Bildungssystem ist.

Denn immer mehr Kinder verbringen einen großen Teil ihres Tages in Kitas – und nehmen mit steigender Tendenz ihre Mahlzeiten hier ein. Viele Kinder erleben in der Kita sogar die erste Mahlzeit außerhalb ihrer Familie als gewohnte Umgebung. Pädagogische Kräfte, Kita-Leitungen, Träger und Küchenkräfte tragen damit große Verantwortung in ihrem Alltag.

## Eins kommt zum anderen: Verpflegung, Bildung, Kommunikation

In Berlin essen neun von zehn Kindern mindestens zu Mittag in ihrer Kita, manche nehmen dort bis zu fünf Mahlzeiten ein. Das Berliner Bildungsprogramm formuliert im Hinblick auf die Ernährung als ausdrückliche Aufgabe für die Pädagogen, gesunde Essgewohnheiten zu fördern. Darüber hinaus liefert es viele Anknüpfungspunkte, wie das Thema Ernährung in den verschiedensten Bildungsbereichen genutzt werden kann. Diese Ziele und Ansätze spiegeln sich in den drei Handlungsfeldern unseres Projekts: Im Einklang mit rechtlichen Vorgaben und ernährungsphysiologischen Erkenntnissen für die Kita-Verpflegung haben wir im ganzheitlichen Sinne der guten gesunden Kita erprobt, wie Kitas strukturiert vorgehen können, um

- die Qualität der Verpflegung zu steigern:  
**Handlungsfeld Verpflegungsangebot**
- die Verknüpfung von Gesundheit und Bildung in ihrem Alltag zu verankern:  
**Handlungsfeld Ernährungsbildung**
- Kommunikationsprozesse in Gang zu setzen, die beides erfolgreich und dauerhaft gelingen lassen:  
**Handlungsfeld Kommunikation**



## Ein Projekt, drei Wege: Die Teilnehmer und ihre Schritte

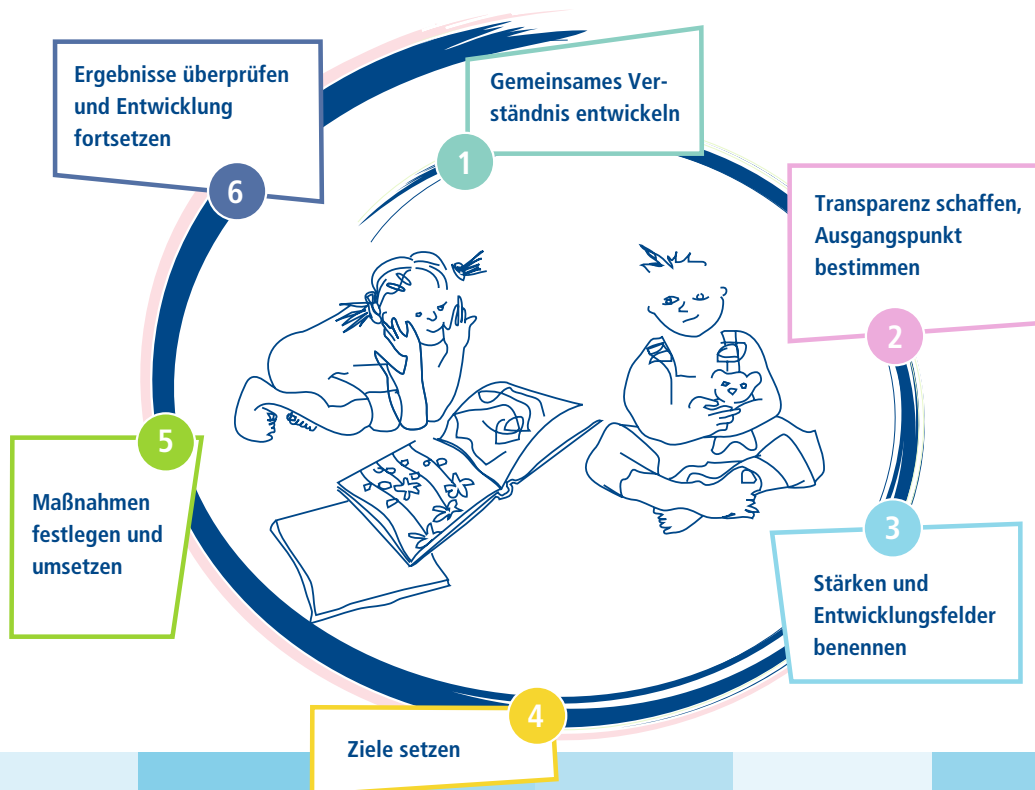
Ganz bewusst haben wir für das Projekt drei sehr unterschiedliche Teilnehmer-Kitas ausgewählt: Sie stehen für unterschiedliche Trägerstrukturen, unterschiedliche Größen und bringen unterschiedliche Besonderheiten mit. Damit spiegeln sie die Vielfalt in der Kita-Landschaft und geben wichtige Hinweise darauf, wie sich die Projekt-Erfahrungen auf unterschiedliche Kitas auch über Berlin hinaus übertragen lassen. Alle drei Einrichtungen sind zudem bereits länger an „Kitas bewegen“ beteiligt, sodass sie alle mit dessen Philosophie vertraut sind und die Grundprinzipien der Organisationsentwicklung, die dem Konzept zugrunde liegt, schon eingeführt haben.

Als Kommunikationsplattform in den Kitas wurde ein Runder Tisch etabliert, der im Laufe des Projektes sechs

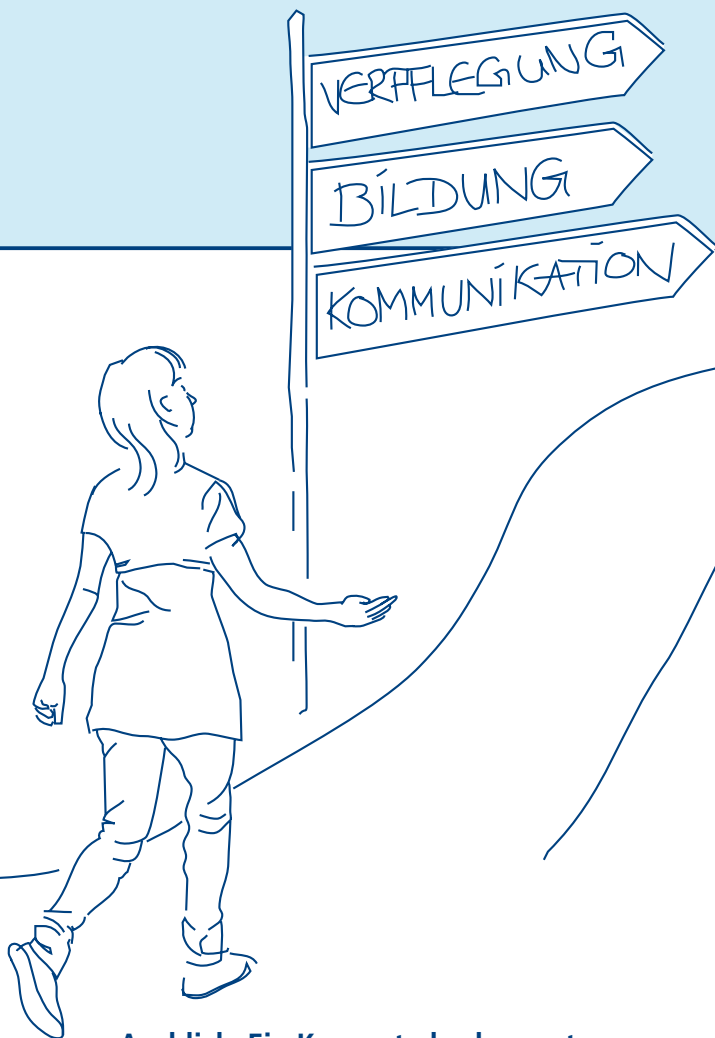
Mal stattfand: Mit Hilfe verschiedener Methoden haben die Kitas dabei in allen drei Handlungsfeldern den Qualitätskreislauf von „Kitas bewegen“ durchlaufen. Er reicht vom gemeinsamen Verständnis entwickeln über das Ziele setzen, Maßnahmen festlegen und umsetzen bis hin zum Überprüfen der Ergebnisse.

An den Runden Tischen nahmen teil: Mindestens eine Vertreterin des Trägers, Kita-Leitung, mindestens eine Vertreterin des Küchenpersonals, mindestens eine pädagogische Fachkraft, mindestens eine Elternvertreterin. Die Treffen wurden von der wissenschaftlichen Projektbeauftragten Dorle Grünewald-Funk begleitet.

Sowohl für die Bestandsaufnahme als auch für das Überprüfen der Erfolge wurden zahlreiche Materialien entwickelt; die jeweiligen Ergebnisse sind dokumentiert. Abschließend fand mit jeder Kita ein Reflexionsgespräch statt.







### **Ausblick: Ein Konzept, das bewegt**

Das Projekt hat gezeigt, dass der DGE-Qualitätsstandard für Kitas eine hilfreiche und sinnvolle Orientierung ist, um die Qualität ihrer Verpflegung zu steigern. Jede Kita konnte für sich individuelle Maßnahmen festlegen, um in den Handlungsfeldern Verpflegungsqualität, Ernährungsbildung und Kommunikation im Sinne der guten gesunden Kita voranzukommen. Das strukturierte Vorgehen unterstützte sie dabei, notwendige Schritte zu identifizieren, umzusetzen und auf ihren Erfolg hin zu überprüfen.

Einmal in Gang gesetzt, bleibt dieser Prozess dynamisch, denn: Die Kitas stellen sich permanent auf neue Anforderungen und geänderte Bedürfnisse ein. Die drei Projekt-Kitas haben sich auf den Weg gemacht. Ihnen gilt der Dank der Kooperationspartner für ihr Engagement

und ihre Begeisterung, mit der sie ihre gute gesunde Kita wieder ein Stück vorangebracht haben. Dank gilt auch Dorle Grünewald-Funk für die wissenschaftliche Projektbegleitung und Entwicklung des Instruments zur Bestandsaufnahme, Karola Schulte für die Erstellung dieser Broschüre genauso wie Sandra Tobehn von der Vernetzungsstelle Schulverpflegung Berlin e. V., die für das Schnittstellen-Management verantwortlich war.

**Mit dem vorliegenden Leitfaden ist unsere Hoffnung verbunden, dass die Erkenntnisse und Erfahrungen aus diesem Projekt viele andere Kitas ermutigen, sich ebenfalls auf diesen spannenden und ereignisreichen Weg zu begeben.**

Dr. Katharina Graffmann-Weschke,  
Sabine Schulz-Greve und Andrea Engelhardt

Wie die Geschichte mit Hannah weiterging:

Ein Mittwoch im August. Heute erfüllt die Küche Shaiks Essenswunsch: „Couscous mit Tomaten-Zucchini-Gemüse“, stand auf dem Wunschzettel. Shaik hatte das Rezept seiner Mama mitgeliefert. Als Hannah morgens in die Kita kommt, haben andere Kinder schon für den Schaukasten im Flur die Zutaten für das heutige Mittagessen aus Bildern zusammengesetzt. Obwohl sie das Gericht noch nicht kennt, sagt sie: „Sieht ja ganz gut aus, vielleicht probier’ ich mal.“

## 2. Kitas brauchen Orientierung

### Wie der DGE-Qualitätsstandard Sie durch den Verpflegungsalltag lotst

Die Geschmäcker sind verschieden. Das traf bislang in vielen Kitas vor allem auch fürs Essen zu. Ernähren wir uns „bio“? Wie oft brauchen wir Fleisch auf dem Tisch? Verzichteten wir komplett auf Süßes? Hinter solchen Diskussionen stecken nicht nur verschiedenste Vorlieben und Überzeugungen, sondern vor allem auch der ernsthafte Wunsch, die Kinder bestmöglich zu ernähren. Kitas brauchen dabei unabhängige Orientierung auf dem neuesten ernährungswissenschaftlichen Stand. Der „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder“ der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) bietet genau das: Bundesweit einheitliche Empfehlungen für die Verpflegung von Kindern von ein bis sechs Jahren in Kitas basieren auf neuesten Erkenntnissen. Speziell für Trägervertreter, Kita-Leitungen, pädagogische Fachkräfte, Küchenfachkräfte, Essensanbieter und Eltern entwickelt, sind sie eine leicht handhabbare Hilfe im Alltag jeder Kita – und lassen dabei Raum für unterschiedliche Geschmäcker.

Der Standard fasst die Kriterien für ein vollwertiges und gesundheitsförderndes Speisenangebot zusammen. Die zugehörigen Materialien umfassen übersichtliche Checklisten ([www.fitkid-aktion.de](http://www.fitkid-aktion.de)). So können Kitas beispielsweise mit der „Leerliste zur Überprüfung der Häufigkeiten von Lebensmitteln pro 20 Tage“ und der „Checkliste Kita-Verpflegung“ die Qualität ihres Verpflegungsangebots überprüfen und langfristig sicherstellen.

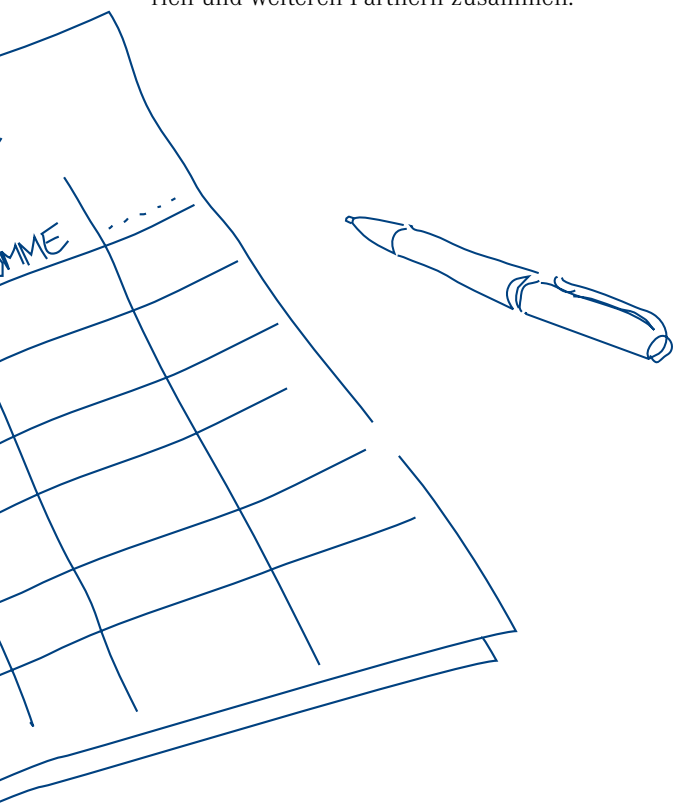
Kitas finden in dem DGE-Qualitätsstandard klare Empfehlungen und Angaben unter anderem dazu,

- wie ihr Speisenplan zusammengesetzt sein sollte,
- wie oft welche Lebensmittel auf den Tisch kommen sollten,
- welche Qualität Lebensmittel haben müssen,
- welche Getränke sinnvoll sind,
- wie sie mit dem Thema Süßigkeiten umgehen können,
- welche Verpflegung sich für Kita-Feste und weitere besondere Situationen eignet,
- wie die Essatmosphäre gestaltet sein sollte,
- welche Bedeutung Ernährungsbildung bei der Umsetzung der Empfehlungen und im Zusammenhang mit Bildungsprogrammen spielt,
- welche rechtlichen Regelungen und Kennzeichnungspflichten gelten,
- welche hygienischen Standards eingehalten werden müssen.



Diese Empfehlungen der DGE gelten für alle Verpflegungssysteme in Kitas. Es ist also egal, ob die Kita vor Ort frisch kocht, das Essen geliefert oder eine Mischform umgesetzt wird.

Die DGE erarbeitete den Standard im Auftrag des Bundesministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz und im Rahmen von „FIT KID – Die Gesund-Essen-Aktion für Kitas“, ein Projekt des Nationalen Aktionsplans IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung. Wissenschaftler arbeiteten hierfür eng mit den zuständigen Landesministerien und weiteren Partnern zusammen.



*„Sich ausgewogen zu ernähren macht Spaß, schmeckt gut und ist auch nicht schwierig umzusetzen. Mit unserem Qualitätsstandard für Kitas zeigen wir, wie dies in Kitas funktionieren kann. Dazu haben sich Experten aus Theorie und Praxis zusammengesetzt, damit kleine Kinder schon erfahren, dass alle Lebensmittel zu einer vollwertigen Ernährung gehören, alleine die Menge jedes Einzelnen ist unterschiedlich. Zudem müssen sich die Eltern und Erzieher nicht mehr den Kopf über den täglichen Speiseplan zerbrechen und können trotzdem sicher sein, dass alle bestens versorgt sind.“*

Dr. Margit Bölts,  
Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.

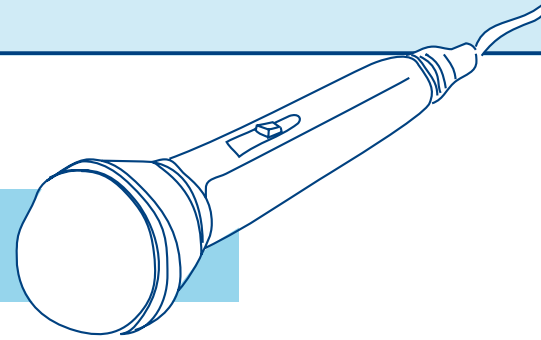
#### **Literatur/Link:**

Der „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder“ wurde im April 2009 veröffentlicht. Die dritte aktualisierte und überarbeitete Auflage erschien im September 2011. Die Broschüre können Sie gegen eine Versandkostenpauschale unter [www.dge-medianservice.de](http://www.dge-medianservice.de) bestellen oder unter [www.fitkid-aktion.de](http://www.fitkid-aktion.de) herunterladen. Unter dem zweiten Link finden Sie zudem Informationen zu Möglichkeiten der Zertifizierung Ihres Verpflegungsangebotes.

## 3. Was hat Essen mit Bildung zu tun?

Wie die wissenschaftlichen Begleiterinnen das Projekt erlebt haben

Interview mit Dorle Grünewald-Funk  
und Sabine Schulz-Greve



In der einen Kita arbeiten Eltern und Erzieherinnen besonders gut zusammen, in der anderen setzt der Träger unerwartete Kräfte frei, alle brauchen einen „Kümmerer“: Projektkoordinatorin Sabine Schulz-Greve von der Vernetzungsstelle Schulverpflegung Berlin e. V. und die wissenschaftliche Projektbeauftragte Dorle Grünewald-Funk haben im Verlauf des Projekts gespannt beobachtet, wie sich „ihre“ drei Kitas entwickelten – ein Gespräch über Theorie und Praxis.

**Karola Schulte:** „Schoko-Croissant zum Frühstück? Eistee zwischendurch? Warum ist Ernährung in Kitas heute so ein großes Thema?“

**Grünewald-Funk:** „Kitas sind deutschlandweit auf Expansionskurs. Immer mehr Kinder verbringen immer mehr Zeit in ihrer Kita. Deswegen ist es so wichtig, was in der Kita auf dem Teller liegt. Ausgewogene, kindgerechte Mahlzeiten sind ein wichtiger Baustein zum gesunden Aufwachsen.“

**Schulz-Greve:** „Alle Eltern wünschen sich für ihr Kind das Beste. Mit dem Eintritt in die Kita geben sie – auch im Hinblick auf die Ernährung – dafür ein Stück ihrer Verantwortung weiter. Die Kita hat einen ganzheitlichen Bildungs- und Erziehungsauftrag, der auch die Förderung der Gesundheit einschließt. Aber was genau bedeutet beispielsweise ‚gesundes Essen für Kita-Kinder‘? Darunter verstehen Erzieherinnen, Eltern, Träger und Küchenfachkräfte nicht immer dasselbe und selbst bei Kleinkindern gibt es schon verschiedene Esstypen. Das fordert die Kita heraus, bietet aber auch Chancen.“

**Karola Schulte:** „Welche Herausforderungen und Chancen sind das?“

**Grünewald-Funk:** „Die Kinder bringen zum Beispiel unterschiedliches Essverhalten mit. Das reicht vom Typ ‚kleiner Genießer‘ über die ‚Raupe Nimmersatt‘ bis zum ‚Suppenkasper‘. Herausfordernd ist, die vielen Wünsche ‚unter einen Hut‘ zu bekommen: Geschmack, Qualitätsanspruch, Vorlieben oder Abneigungen der Kinder oder krankheitsbedingte Einschränkungen bei der Lebensmittelauswahl spielen da beispielsweise eine Rolle. Und auch das Zusammentreffen der Ernährungsgewohnheiten verschiedenster Kulturkreise wird für

manche Kitas zur Herausforderung, wenn es darum geht, ein vollwertiges Speisenangebot zu gestalten, das alle genießen können.“

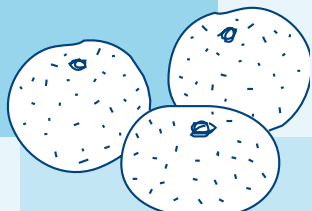
**Schulz-Greve:** „Das Zusammentreffen verschiedener Esskulturen kann man eindeutig auch als Chance nutzen, um Kindern zum Beispiel die Vielfalt von Lebensmitteln nahezubringen. Weitaus herausfordernder sind die unterschiedlichen Bildungs- und Gesundheitschancen, die die Kinder mitbringen. In dieser heterogenen Ausgangslage haben die Kitas eine besondere Verantwortung auszugleichen. Gleichzeitig haben sie viele Möglichkeiten: Sie können den Kindern eine qualitativ hochwertige Verpflegung anbieten und durch Ernährungsbildung die Chancen erhöhen, dass sich bei den Kindern ein gesundheitsförderlicher Lebensstil ausprägt.“

**Karola Schulte:** „Welche Möglichkeiten hat die Kita denn tatsächlich, diese Chancen zu nutzen?“

**Grünewald-Funk:** „Was mag ich? Was mag ich nicht? Das ist nicht angeboren, sondern prägt sich in den ersten Lebensjahren am Vorbild aus – auch in der Kita. Rümpft die Erzieherin beim Anblick von Brokkoli die Nase, ahmt ein Kind das schnell nach. Kinder imitieren. Was sie sehen, schmecken, riechen, anfassen und erfahren, lässt sie lernen. Ein Kind, das in der Familie und in der Kita erlebt, dass es Spaß macht, abwechslungsreich und vollwertig zu essen, wird diesen Ernährungsstil mit hoher Wahrscheinlichkeit sein Leben lang beibehalten.“

**Karola Schulte:** „Die Lust am gesunden Essen und Trinken bei den Kindern anzuregen, ist ein Aspekt des Projekts ‚Essen und Trinken in der guten gesunden Kita‘. Was gehört noch dazu?“

**Schulz-Greve:** „Gemeinsame Mahlzeiten, ihre Vorbereitung und Gestaltung sind ideale Ausgangssituationen für Ernährungsbildung: durch entdeckendes Lernen – also mit allen Sinnen forschend und experimentell – erwerben die Kinder vor, bei und nach den Mahlzeiten Kompetenzen und wenden sie an. Im



besten Fall tragen sie sie anschließend mit in ihre Familien. Sind sich die pädagogischen Fachkräfte dessen bewusst und beobachten das Interesse der Kinder aufmerksam, ergeben sich daraus vielfältige Möglichkeiten, das Thema Ernährung für ihren Bildungsauftrag zu nutzen. Ernährungsbildung ist deshalb neben der eigentlichen Qualität der Verpflegung die zweite große Säule für unseren ganzheitlichen Ansatz.“

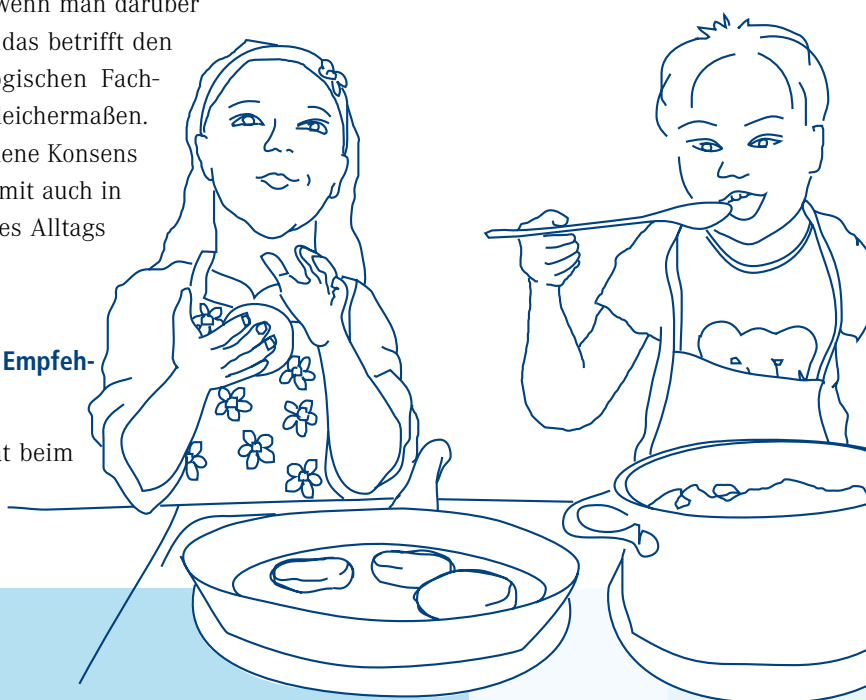
**Grünwald-Funk:** „Essen und Trinken‘ durchzieht den ganzen Alltag. Der Rhythmus der Mahlzeiten von Frühstück über Mittagessen bis zum Abendessen lässt Kinder, die ja noch keine Uhren ‚lesen‘ können, zum Beispiel die Tagesstruktur erleben. Außerdem reden alle beim Essen – auch über das Essen – und lernen dabei: Was gibt es heute? Magst du auch so gerne Reis wie ich? Heute nehme ich nur Rotes aus der Gemüse-Obst-Schale, machst Du mit? Huch, das sind ja Möhren im Brot – wie kommen die da rein? Auf meinem Teller sind fünf Erbsen, wie viele hast Du? Essen ist Kommunikation und gelebte Ernährungsbildung.“

**Karola Schulte:** „Welche Rolle spielt die Kommunikation dabei?“

**Grünwald-Funk:** „Eine entscheidende Rolle! Um Verpflegungsqualität und Bildung miteinander zu verzahnen, ist es wichtig, dass sich pädagogische Fachkräfte, Küchenfachkräfte und Eltern immer wieder austauschen. Als Erstes sollten sie sich jedoch darüber verständigen, was Qualität überhaupt bedeutet. Den einen reicht es, in der Kita auf Süßes und Limonaden zu verzichten, die anderen bestehen auf Lebensmitteln mit Bio-Siegel. Ein gemeinsames Verständnis entsteht nur, wenn man darüber spricht, was für die Kita gelten soll – das betrifft den Träger, die Kita-Leitung, die pädagogischen Fachkräfte, Küchenfachkräfte und Eltern gleichermaßen. Wichtig ist auch, dass der dann gefundene Konsens in das Gesamtkonzept der Kita und damit auch in die Strukturen und die Organisation des Alltags eingebettet wird.“

**Karola Schulte:** „Jetzt kommen die Empfehlungen der DGE ins Spiel?“

**Schulz-Greve:** „Ja. Das Thema Qualität beim Essen bietet viel Zündstoff für Diskus-



sionen. Deshalb ist es gut, wenn man wissenschaftlich belegte und leicht nachvollziehbare Empfehlungen zu Rate zieht, die orientieren und helfen, diese Diskussionen zu versachlichen. Der DGE-Qualitätsstandard enthält Empfehlungen für alle Beteiligten. So muss niemand mehr bei ‚Null‘ anfangen.“

**Karola Schulte: „Wie kann eine Kita die Umsetzung leisten?“**

**Grünwald-Funk:** „Wir haben im Projekt Instrumente und Handlungsanleitungen entwickelt und erprobt, die die Kitas sehr praxisorientiert unterstützen. Das fängt damit an, alle Beteiligten, von den Erzieherinnen über die Küchenfachkräfte und Eltern bis zu den Trägern, immer wieder an den Runden Tisch zu bringen, um ein gemeinsames Verständnis zu entwickeln: Gemeinsam mit Hilfe von Fragebögen Stärken und Schwächen analysieren, Entwicklungsfelder identifizieren, gemeinsam Ziele setzen und schließlich gemeinsam konkrete Maßnahmen und Verantwortlichkeiten festlegen.“

**Schulz-Greve:** „Ganz entscheidend dabei ist, dass wir zwar Vorschläge zum strukturierten Vorgehen machen, aber niemandem ein starres Konzept überstülpen. Das würde weder Sinn machen noch funktionieren. Es geht vielmehr darum, dass jede Kita für sich herausfindet, was, in welchem Umfang und in welchem Tempo sie verändern oder entwickeln will, um das Thema Essen und Trinken ganzheitlich anzugehen.“

**Karola Schulte: „Schaffen die Kitas das allein oder brauchen sie Unterstützung?“**

**Schulz-Greve:** „Um den Prozess in Gang zu bringen und in Gang zu halten, braucht es einen ‚Kümmerer‘. Der kam in unserem Projekt von außen, in Person von Frau Grünwald-Funk, unserer wissenschaftlichen Projektbeauftragten. Es kann aber auch der Träger sein oder jemand aus dem Kita-Team, der die Kommunikation steuert und vorantreibt.“

**Karola Schulte: „Wie war die Resonanz in den drei Projekt-Kitas?“**

**Grünwald-Funk:** „Positiv; den DGE-Qualitätsstandard haben durchweg alle als Unterstützung empfunden. Sich an einen Runden Tisch zu setzen und das Thema ‚Verpflegung mit Qualität‘ als Querschnittsaufgabe gemeinsam zu lösen, war für viele ein



Aha-Erlebnis. Das war besonders bei den pädagogischen Fachkräften und Küchenfachkräften zu spüren, bei denen es regelrechte Motivationsschübe gab. Die Träger haben erkannt, dass sie ihre Kitas unterstützen müssen. Auch die Eltern haben gerne die Chance ergriffen mitzugestalten.“

**Karola Schulte:** „Ihre Einschätzung: Wo stehen wir jetzt, wo werden wir in zehn Jahren stehen?“

**Schulz-Greve:** „Das Thema ist in der Mitte der Gesellschaft angekommen. Es bedarf aber guter finanzieller und personeller Rahmenbedingungen, um diese Ansätze auch nachhaltig umsetzen zu können. Die Strukturen sind angelegt, die Kitas auf einem guten Weg. Die Kita-Bildungsprogramme der Länder bieten viele Möglichkeiten, anzuknüpfen und das Thema als Teil des Bildungsauftrags weiterzuentwickeln. Nun gilt es, die guten Ansätze der Kitas mit denen der Schule zu verzahnen. Das ist die Aufgabe der nächsten Jahre.“

### **Zur Person**

**Dorle Grünewald-Funk** ist Diplom-Oecotrophologin, selbstständige Beraterin, Autorin und Entwicklerin für Maßnahmen in der Gesundheitsförderung. Sie begleitete das Projekt und die beteiligten Kindertageseinrichtungen als wissenschaftliche Projektbeauftragte, entwickelte das Instrumentarium zur Analyse der Situation in der Kita und die Arbeitshilfen zur Umsetzung des DGE-Qualitätsstandards (siehe S. 10).

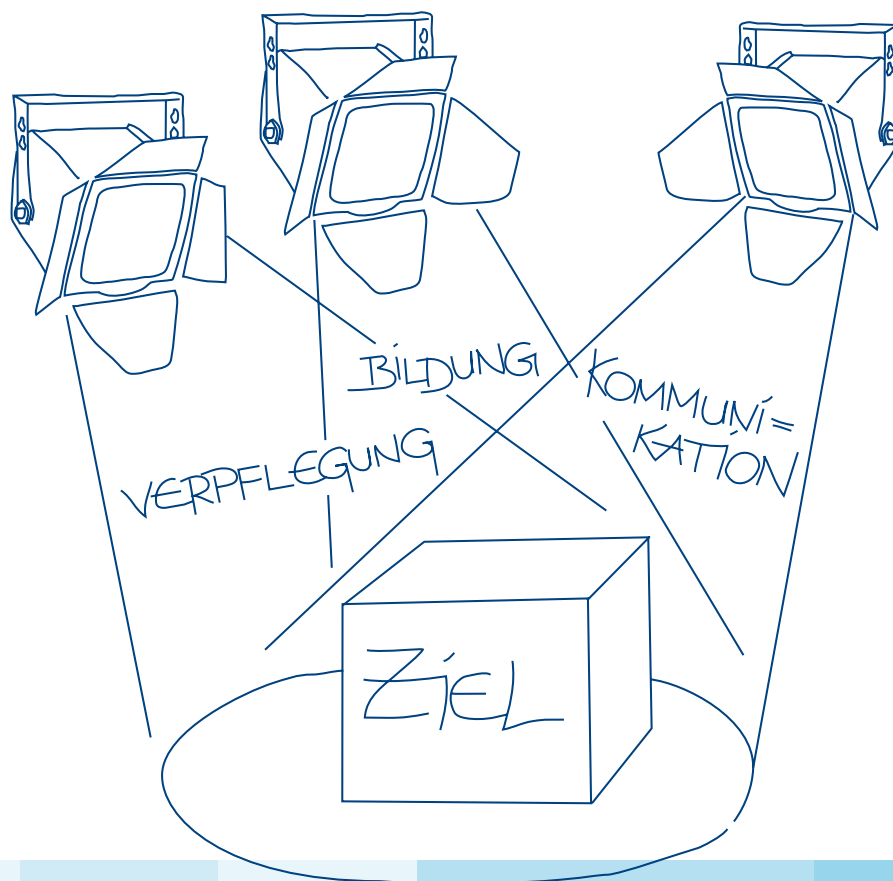
**Sabine Schulz-Greve** ist Vorstand der Vernetzungsstelle Schulverpflegung Berlin e. V. Der Verein unterstützt jegliche Aktivitäten, die geeignet sind, eine qualitativ hochwertige und gesundheitsförderliche Gemeinschaftsverpflegung von Kindern und Jugendlichen zu sichern und Ernährungs- und Verbraucherbildung zu fördern. Sie koordinierte die organisatorische Steuerung sowie die wissenschaftliche Betreuung des Projektes.



## 4. Auf das Miteinander kommt es an

Wie Verpflegungsangebot, Ernährungsbildung und Kommunikation ineinander aufgehen

Essen und Trinken ganzheitlich angehen – Natürlich stellen sich Kitas in ihrem Alltag mit ohnehin vielen Aufgaben und Herausforderungen die Frage, wie sie dieses komplexe Thema praxistauglich umsetzen können. Doch was in der Theorie erst einmal kompliziert klingen mag, ist mit Hilfe eines strukturierten Vorgehens im Alltag durchaus gut umsetzbar. Zum besseren Verständnis dafür, wie das funktioniert, werden hier die drei zentralen Handlungsfelder „**Verpflegungsangebot**“, „**Ernährungsbildung**“ und „**Kommunikation**“ zunächst getrennt voneinander betrachtet. Ihre Wirkung entfalten sie im Zusammenspiel, sobald der Prozess der Qualitätsentwicklung als Ganzes in Gang gebracht ist.



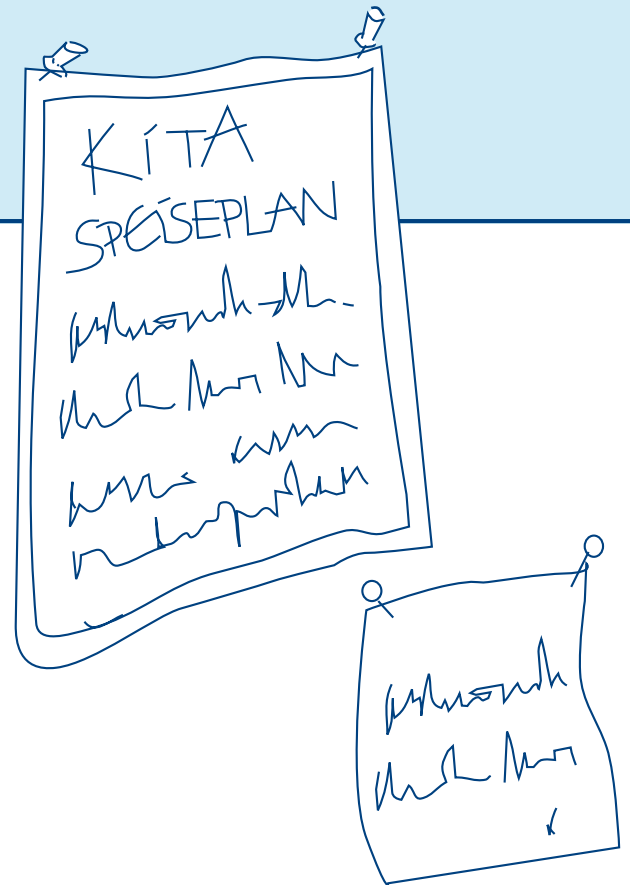
## 4.1 Das Verpflegungsangebot: Nicht nur das Was, auch das Wie zählt

### Von morgens bis abends vollwertig und lecker – die Qualität

Gesundes Essen, das ist doch klar! Eltern und Kitas wünschen sich, dass ausgewogene und gesunde Kost selbstverständlich für Kinder ist oder wird. Kitas können mit ihrer Verpflegung einen wichtigen Beitrag dazu leisten, dass Kinder sich tatsächlich ihr Leben lang ausgewogen ernähren. Es ist wissenschaftlich belegt, dass gerade in den ersten Lebensjahren die Gewohnheiten, Vorlieben und Abneigungen für bestimmte Lebensmittel geprägt werden, die Kinder meist bis ins hohe Alter beibehalten. Erleben es die Kinder als selbstverständlich, dass abwechslungsreiche und ausgewogene Kost auf dem Kita-Tisch steht, profitieren sie im Hinblick auf ihr Essverhalten, ihre Ernährungsge-wohnheiten und ihre Entwicklung dauerhaft.

Im ersten Schritt geht es für die Kita beim Verpflegungsangebot um das tägliche ausgewogene Speisenangebot. Das bedeutet, dass erstes und zweites Frühstück, Mittagessen, Zwischenmahlzeit und Abendessen im Hinblick auf Nährstoffe und Energiezufuhr aufeinander abgestimmt sind. Als Faustregel für die Lebensmittelauswahl gilt: reichlich pflanzliche Lebensmittel und kalorienfreie Getränke, mäßig tierische und sparsam fettreiche Lebensmittel und Süßes – und wenn möglich regional und saisonal einkaufen.

Jeder in der Kita soll teilnehmen und jeder soll sich wohlfühlen können. Deshalb ist es wichtig, auch kulturelle, religiöse und medizinische Aspekte beim Essen zu berücksichtigen. Der Verzicht auf Schweinefleisch und das Angebot von Speisen für Allergiker sind Beispiele dafür.



### Übersicht und Hilfe – der DGE-Qualitätsstandard

Umfassende und praxistaugliche Hinweise dazu gibt der DGE-Qualitätsstandard, der den aktuellen ernährungswissenschaftlichen Stand zusammenfasst. Mit seiner Hilfe wissen alle Beteiligten und Verantwortlichen auf einen Blick, wie ein ausgewogener Speiseplan – über einen Zeitraum von vier Wochen – aufgebaut sein muss. In dem Qualitätsstandard finden Kitas nicht nur Empfehlungen für die Mittagsverpflegung, sondern auch für das Frühstück und die Zwischenmahlzeiten. Die Tipps und Checklisten ersparen innerhalb der Einrichtung und mit den Eltern die oftmals schwierigen Diskussionen darüber, was gesunde Ernährung ausmacht. Dabei gilt aber auch für den Kita-Alltag: Mal ein Schokokuchen zum Geburtstag ist vollkommen in Ordnung, denn rigorose Verbote bestimmter Lebensmittel wecken umso größeres Interesse bei Kindern.

### Trinken, trinken, trinken – freier Zugang ist wichtig

Ein entscheidender – und oftmals unterschätzter – Bestandteil vollwertiger Ernährung ist das ausreichende

Trinken. Wasser und ungesüßter Tee sind empfehlenswert. Wichtig ist es auch, dass die Kinder immer bei Bedarf und nicht nur zu festen Zeiten trinken können.

#### **Selbstverständlich sauber – die Hygiene**

Für alles, was es in der Kita zu essen und zu trinken gibt, gelten strenge Hygieneregeln. Das gilt für Speisen, die von der Kita angeboten werden, genauso wie für Speisen, die von zu Hause mitgebracht und verteilt werden, beispielsweise bei Festen. Trotz geltender Hygienebestimmungen ist es ausdrücklich erwünscht und aus hygienischer Sicht kein Problem, mit den Kindern kleine Mahlzeiten für den gemeinsamen Verzehr in der Gruppe zuzubereiten. Die entsprechenden Hygiene-Vorschriften finden sich ebenfalls in den Empfehlungen der DGE.

#### **Essen als positive Erfahrung – Organisation und Rahmen**

Manche Kinder kommen satt, andere hungrig in die Kita. Die Kita kann solche Unterschiede ausgleichen: Wer frühstücken möchte, kann dies tun. Wer bereits gefrühstückt hat, fängt an zu spielen. Die positive Haltung gegenüber dem Essen ist auch geprägt von der positiven Atmosphäre beim Essen. Ist der Tisch schön gedeckt? Gibt es altersgerechtes Mobiliar und kindgerechtes Besteck? Ist der Essensraum hell und gut belüftet? Können die Kinder sich nun auch noch selbst bedienen, trägt all dies zu einer hohen Wertschätzung der gemeinsamen Mahlzeiten bei. Rituale rund ums Essen, wie der Beginn nach einem Tischspruch und das Ende mit dem gemeinsamen Abräumen, schaffen Übersicht und Sicherheit. Für die Mahlzeiten sollte ausreichend Zeit eingeplant sein. So kommt erst gar keine Hektik auf. Und: Erst nach 15 bis 20 Minuten signalisiert der Magen, wie gesättigt er wirklich ist.

## **4.2 Ernährungsbildung: Es kommt darauf an, was man daraus macht**

### **Essen und Trinken ist Lernen – die Motivation**

Der ganzheitliche Blick auf das Essen und Trinken reicht über den ausgewogenen und vollwertigen Speiseplan hinaus. Er richtet sich genauso darauf, welche vielfältigen sozialen, emotionalen und kulturellen Erfahrungen Kinder über das Essen und Trinken machen – Essen in der Kita ist sinnliches Erleben, Genuss, Gefühl, Austausch, Ritual, Rhythmus und Bildung gleichermaßen. Machen sich die pädagogischen Fachkräfte das bewusst, steht ihnen die damit verbundene Fülle an Lernanlässen zur Verfügung, die sie in ihrem pädagogischen Konzept verankern können: Die Form der Gurke, die Kerne der Melone, der Verzicht auf Schweinefleisch in muslimischen Familien, die Nussallergie einer Freundin – jedes Lebensmittel, das gemeinsame Zubereiten und jedes Gespräch zur Mahlzeit bieten eine Lerngelegenheit.

### **„Oh, wie lecker“ – die Pädagogik des Vorbilds und der Sinne**

Die Annahme, dass Kinder gesundheitsförderliches Essen nicht mögen, hält sich hartnäckig. Dabei sind Jungen und Mädchen durchaus dafür zu begeistern – allerdings am wenigsten über den Verstand und Appelle, wie wichtig gesunde Ernährung ist. Viel besser gelingt das über ihre Neugier und die Vorbildfunktion der Pädagoginnen und Küchenfachkräfte. Dürfen Kinder Speisen mit auswählen, einkaufen, zubereiten und probieren, entwickeln sie eine größere Offenheit gegenüber einer abwechslungsreichen Auswahl der Lebensmittel. Über Auge, Hand, Nase und Zunge begreifen Kinder die Vielfalt und die Qualität von Lebensmitteln. Beobachten sie dann noch, dass die Erzieherin eine unbekannte Speise probiert und sogar lecker

findet, stehen die Chancen gut, dass sogar sehr wählerische Esser anfangen zu kosten. Die pädagogische Aufgabe liegt darin, diese Gelegenheiten bewusst zu nutzen.

### **Selbermachen macht selbstbewusst – das positive Selbstkonzept**

„Das kann ich schon allein“ – diesen Satz hören Eltern und Pädagoginnen viele Male am Tag. Er zeigt, wie bedeutsam es für Kinder ist, über das Selbermachen und die unmittelbare Erfahrung zu lernen. Das wirkt sich positiv auf Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl aus. Die Kinder erleben so, dass sie wichtig sind und selbst Einfluss nehmen können auf das, was mit ihnen und um sie herum geschieht. Bei

jeder Form von aktiver Beteiligung wie Einkaufen, Kochen, Backen, Tisch decken und Auffüllen gewinnen die Kinder Fähigkeiten für ihr Leben.

### **Bildung und Gesundheit gehören zusammen – die gute gesunde Kita**

Kinder entwickeln auf diese Weise ein positives Selbstkonzept – das wiederum ist einer der wichtigsten Faktoren sowohl für ihre Bildung als auch für ihre Gesundheit und damit für den Grundgedanken der guten gesunden Kita. Wann immer es geht, sollten pädagogische Fachkräfte deshalb die Lernmotivation der Kinder nutzen, um ihren pädagogischen Auftrag bei der Ernährungsbildung zu gestalten.

In allen Bundesländern gibt es mittlerweile Bildungspläne oder Bildungsprogramme für Kindertageseinrichtungen, die nicht nur den pädagogischen Auftrag zusammenfassen, sondern auch wertvolle Tipps für die

Umsetzung im Alltag liefern. Meist wird hier die

Ernährungsbildung den Bereichen „Körper“

und „Gesundheit“ zugeordnet. Ernäh-

rungsbildung kann und sollte jedoch

ganzheitlich betrachtet und mit allen

Bildungsbereichen verknüpft werden.

Mathematische Grunderfahrungen,

wie Zählen und Teilen können z. B. bei

der Verarbeitung von Lebensmitteln,

der Zubereitung kleiner Gerichte oder

beim Tisch decken geübt werden.



### 4.3 Kommunikation: Bewusstes Miteinander für Bildung und Gesundheit

#### Absicht oder nicht – die Allgegenwart der Kommunikation

Kommunikation ist Kita-Alltag. Sprechen, Gestik, Mimik, Handeln oder auch Nichthandeln, Zuhören, gemeinsames Essen – alles ist Kommunikation und geschieht in der Kita ständig: Kinder, Pädagoginnen, Leitung, Küchenfachkräfte, Eltern, Träger tun es bewusst und unbewusst. Vor allem rund ums Essen und Trinken spielt die unbewusste Kommunikation eine große Rolle:

- Noch bevor Kinder sprechen können, weinen sie oder zeigen auf das Essen oder Getränke, wenn sie Hunger oder Durst verspüren.
- Eltern kommunizieren mit ihren Kindern, indem sie Speisen für sie zubereiten.
- Kitas kommunizieren über ihr Verpflegungsangebot und den Umgang mit Lebensmitteln, welchen Stellenwert die Ernährung bei ihnen hat und wie sie beispielsweise mit individuellen Bedürfnissen umgehen.

#### Achtsame Kommunikation – die Basis für Vertrauen

Kitas unterstützen und ergänzen die Erziehung und Bildung in der Familie. Damit es den Kindern gut geht und sie sich gut entwickeln, bedarf es eines partnerschaftlichen Umgangs aller Beteiligten in einem Klima von Wertschätzung und Vertrauen. Die achtsame und damit bewusste Kommunikation ist dafür wichtige Voraussetzung. Das gilt insbesondere auch für die Themen Verpflegungsangebot und Ernährungsbildung.

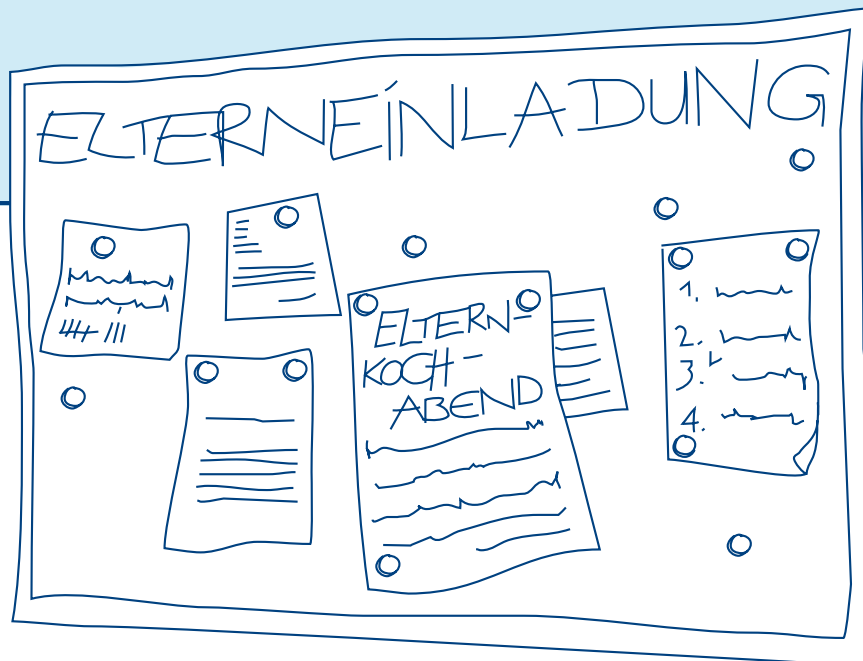
Egal, ob es um einen neuen Speiseplan oder das Einführen eines Gemüse- und Obsttages geht – alle Beteiligten müssen frühzeitig in die Gespräche eingebunden werden. Das sind Kinder und Eltern genauso wie Kita-Leitung, pädagogische Fachkräfte, Küchenfachkräfte, Kita-Träger und –



sofern betroffen – auch der Caterer. Jeder von ihnen bringt andere Erfahrungen mit und betrachtet das Thema aus einer anderen Perspektive. Hier gilt es, zunächst ein gemeinsames Verständnis der Akteure zu erzielen. Erst dann können sie sich im nächsten Schritt gemeinsam auf den Weg machen und aktiv Veränderungen gestalten. Hilfreich ist es, sich bei diesen Gesprächen und Diskussionen auf Stärken und Lösungen statt auf Schwächen und Probleme zu konzentrieren.

#### Aushänge, Briefe, Elternabende – die Palette der Möglichkeiten

Um die Eltern aktiv anzusprechen, eignet sich beispielsweise nicht allein der klassische Elternabend. Aushänge, Elternbriefe, Hospitationen, Schautafeln, Elternkochabende sowie Treffen mit den Elternvertretern als Multiplikatoren haben sich bewährt, um mit den Eltern ins Gespräch zu kommen und im Gespräch zu bleiben. Möchte die Kita ihr Verpflegungsangebot umstellen, sollte es dazu auf jeden



Fall eine gezielte Information der Eltern geben. Ein unkompliziertes und sehr beliebtes Mittel, das vor allem einem Anlass zum regelmäßigen Dialog darstellt, ist das Bebildern des wöchentlichen Speiseplans. Auf diese Weise nutzt die Kita die Information gleichzeitig auch für ihre Ernährungsbildung.

### **Von der Frühstücksbox zum Leitbild – die Kontinuität der Kommunikation**

Wer in der Kita eine gesundheitsförderliche Verpflegung und Ernährungsbildung dauerhaft etablieren will, kann und will nicht in jedem neuen Kita-Jahr mit den neuen Eltern bei „Null“ anfangen müssen. Dazu ist es ganz wichtig, den Informationsfluss und den Austausch zu verstetigen: Vereinbarungen und Regeln müssen verschriftlicht sein, sie gelten dann grundsätzlich für alle. Neue Eltern bekommen sie am Anfang gleich ausgehändigt. So ist gesichert, dass alle darüber Bescheid wissen, welche Standards es beim Essen und Trinken gibt.

Darüber hinaus müssen die internen Wege der Kommunikation geklärt sein. Je größer die Kita, desto wichtiger ist es, dass alle Gruppen dasselbe kommunizieren: Lehnt die eine Gruppe Süßigkeiten in der Frühstücksbox ab, die andere erlaubt sie, löst das schnell Debatten aus.

### **Damit Ideen Alltag werden – die Chancen des Dialogs**

Ob das Essen vor Ort oder beim Caterer zubereitet wird – um das Verpflegungsangebot zu verbessern, ist ein enger Austausch mit den eigenen Küchenfachkräften oder dem Caterer ganz wichtig. Welche Speisen sollten anders zubereitet sein? Sollte mehr frisches Obst und Gemüse auf den Tisch? Schmeckt Kindern und Erwachsenen das Essen? Kinder und Erzieherinnen geben Rückmeldungen an die eigene Küche. Ist ein Caterer beauftragt, leitet die

Kita ihre Rückmeldungen und Änderungswünsche an ihn weiter. Die Grundlage für diese Gespräche kann der DGE-Qualitätsstandard bieten. Damit das Verpflegungsangebot sich dauerhaft positiv verändert und weiterentwickelt werden kann, ist es wichtig, konkrete Vereinbarungen mit der Küche und dem Caterer zu treffen.

Liefert ein Caterer eine oder mehrere Mahlzeiten am Tag an, sind Kita-Träger und Caterer Vertragspartner. In der Regel basiert das Speisenangebot dann auf einem Leistungsverzeichnis, das dem Vertrag zugrunde liegt. Je klarer darin die Anforderungen an die Qualität benannt sind, desto leichter ist es, diese Qualität im Alltag auch einzufordern. Wer nachbessern möchte, muss dazu also genau wissen, was in seinem Vertrag steht – und was nicht. Genauso wie mit den Eltern ist es wichtig, auch mit den Küchenfachkräften und dem Caterer im Dialog zu bleiben.

### **Stetigkeit ohne Stillstand – wie Qualität sich weiter entwickelt**

Diese Kontinuität in der Kommunikation bewahrt vor dem Stillstand. Mit den Menschen entwickelt die Kita ihre Bedürfnisse und Aufgaben stetig, verändert ihre Strukturen und verhandelt Kommunikationswege neu. So entwickelt sie sich im Prozess ihrer Qualitätsentwicklung immer weiter. Das ist eine Herausforderung. Wer sie annimmt, nutzt die Chance, die Qualität der Kita maßgeblich mitzugestalten.

## 5. Jede Kita geht ihren eigenen Weg

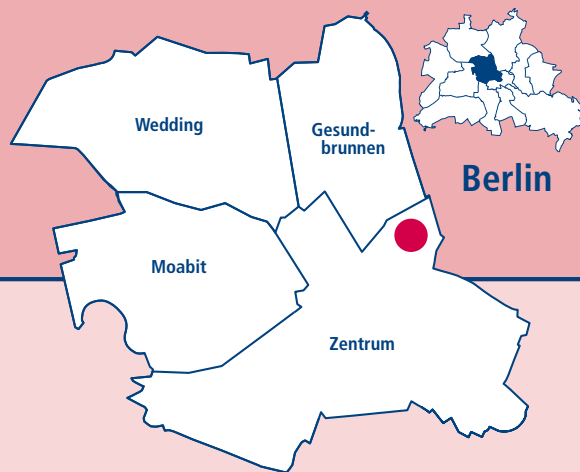
Wie die Kitas die Veränderungen erlebt haben

Keine Kita ist wie die andere: Zum Selbstverständnis von „Kitas bewegen“ gehört es, das zu respektieren und als Stärke wahrzunehmen. So war es auch im Projekt „Essen und Trinken in der guten gesunden Kita“ selbstverständlich, den beteiligten Kitas kein fertiges Konzept überzustülpen, sondern sie individuell zu unterstützen. Hier schildern unsere Projekt-Kitas, wo sie gestartet sind und wohin sie sich bewegt haben.



„Wir haben zu träumen gewagt“

Von Ute Gracia,  
Leiterin Kita Ramlerstraße



## Kita Ramlerstraße

„Unsere Kita liegt in einem sozialen Brennpunkt im Norden Berlins. 99 Prozent unserer 185 Kinder sind nichtdeutscher Herkunft. Vor allem, was die Sprachförderung betrifft, sind wir durch viele Projekte und durch das Quartiersmanagement gut unterstützt. Das Thema Ernährung kam bei uns dagegen lange zu kurz: Viele Kinder kamen ganz ohne Frühstück oder mit fettigem, kalorienreichen Gebäck zu uns in die Kita. Das angelieferte Mittagessen machte weder die Kinder noch uns Erwachsene glücklich. Wie sollten wir es schaffen, die Eltern von der Notwendigkeit einer gesünderen Ernährung zu überzeugen, wenn wir nicht mal selbst vor Ort ein gesundes Mittagessen zubereiten? Diese Frage hat uns sehr beschäftigt.“

### Ganzheitliches Denken statt Einzelaktionen

Natürlich gab es bei uns auch früher schon einzelne gute Ansätze, was Ernährung betrifft. So haben wir kulturelle Besonderheiten bei den Speisen beachtet, täglich Obst und Gemüse angeboten und einen angenehmen Essensrahmen geschaffen. Was uns aber fehlte, war ein ganzheitliches Konzept, das sich in allen Bereichen unseres Kita-Alltags spiegelt – vom Essen und Trinken über die Ernährungsbildung bis zur Beteiligung der Eltern. Dieses Projekt kam uns also wie gerufen.

Gleich zu Beginn haben wir einen Traum formuliert: Wir wünschten uns, dass wir unsere Kita betreten und es nach warmen Getränken, fruchtigen Säften und frischem Essen duftet. In der Küche sollten fleißige Hände dabei sein, ein abwechslungsreiches, schmackhaftes Essen für die Kinder zuzubereiten. Die Erfüllung dieses Traumes erschien ziemlich unwahrscheinlich.

**185 Kinder im Alter von zwei bis sechs Jahren**

**zwölf Gruppen**

**23 pädagogische Mitarbeiterinnen**

**zweieinhalb Küchenfachkräfte**

**Träger: Kindergärten City, Eigenbetrieb von Berlin**

**Zu Projektbeginn: Anlieferung warmer Speisen durch einen externen Caterer, zum Projektende: Frischküche vor Ort**

**Web-Link: [www.kindergaerten-city.de](http://www.kindergaerten-city.de)**

### Das Unwahrscheinliche wahr gemacht

Genau zum 25-jährigen Bestehen unserer Kita haben wir es trotzdem geschafft: Wir haben unsere eigene Küche mit zweieinhalb Küchenkräften wieder eröffnet. Durch diesen Erfolg sind bei uns viele Dinge in Bewegung gekommen. Das reicht von einem Vier-Wochen-Speisenplan nach dem DGE-Qualitätsstandard über einen Elternabend zum Thema ‚gesunde Ernährung‘ bis zum täglichen Frühstücksangebot mit Biobrot, Obst und Gemüse. Die Resonanz bei Kindern und Erwachsenen auf das neue Verpflegungsangebot der Kita ist sehr positiv, wir kommunizieren mittlerweile ganz anders und viel besser miteinander.

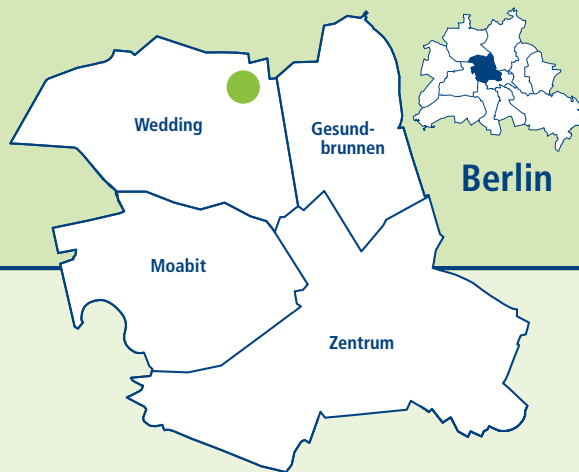
### Mit Beharrlichkeit ans Ziel

Finanzen, ein Überfluss anderer Themen, mangelndes Elterninteresse – natürlich sind wir gestolpert und auf Probleme gestoßen. Dafür gab und gibt es an anderen Stellen großartige Motivation: Das Team hat mit Hilfe des DGE-Qualitätsstandards heute ein gemeinsames Verständnis, was gute gesunde Ernährung ausmacht. Die Mitarbeiter engagieren sich enorm beim Thema Ernährungsbildung. Engagierte Eltern holen andere mit ins Boot. Wir haben gesehen, dass wir unsere Ziele erreichen können, wenn wir nur beharrlich genug sind.“



## „Ernährung ist in unserem pädagogischen Alltag angekommen“

Von Ulrike Wölkerling, stellvertretende Leiterin Kita Weiße Wolke e. V.



### Kita Weiße Wolke e. V.

„Wir sind eine kleine Eltern-Initiativ-Kita im Berliner Stadtteil Wedding, die fast ausschließlich Kinder nichtdeutscher Herkunft mit türkischen und arabischen Wurzeln besuchen. Häufig haben wir Kinder, die sehr spät mit ihren Familien zugewandert sind und dann erst kurz vor der Einschulung zu uns kommen. Naturgemäß liegt unser Schwerpunkt deshalb darauf, sie sprachlich zu fördern.“

#### Gesundheit und Bildung verknüpfen

Wir haben bei unseren Kindern in der Vergangenheit vielfach Probleme mit Übergewicht, schlechten Zähnen und Konzentrationsschwierigkeiten beobachtet. Gleichzeitig stießen wir bei den Eltern auf ein ziemlich geringes Interesse. Auch deshalb wollten wir das Thema Ernährung in unserem Konzept so verankern, dass es unseren pädagogischen Alltag durchzieht. Wir sehen hier die Chance, die Eltern indirekt positiv zu beeinflussen, weil wir sowohl das Frühstück als auch das Mittagessen anbieten.

#### Leichter Einstieg ins Projekt

Unser Team aus fünf Pädagoginnen, einer Helferin und einer Küchenkraft hat das Projekt begeistert aufgenommen: Kurze Wege, direkte Kommunikation, große Bereitschaft zu Veränderungen – das hat dazu geführt, dass wir schnell in den Prozess eingestiegen sind.

#### Ausgewogene Speisen im Vier-Wochen-Rhythmus

Wir haben intensiv unseren Speiseplan analysiert und anschließend einen Vier-Wochen-Plan mit erprobten und ausgewogenen Rezepten eingeführt, das war ein Riesenschritt für uns. Unsere Küchenkraft hat zu Beginn des Projekts von der AOK Nordost eine Schulung zu dem DGE-Qualitätsstandard in ihrer Muttersprache bekommen. Wir bieten nun täglich ein Themen-Frühstück an, um die Kinder an abwechslungsreiche Speisen zu gewöhnen; einmal in der Woche ist „Müsli-Tag“. Dazu reichen wir keinen gesüßten

<b>33 Kinder im Alter von einem bis sechs Jahren</b>
<b>Krippe und Elementarbereich</b>
<b>fünf pädagogische Mitarbeiterinnen, davon einige türkischer Herkunft, eine Helferin</b>
<b>eine Küchenfachkraft</b>
<b>Träger: Kita Weiße Wolke e. V., Eltern-Initiativ-Kita</b>
<b>Frischküche vor Ort</b>
<b>Web-Link: <a href="http://www.kitaweisewolke.de">www.kitaweisewolke.de</a></b>

Tee mehr, sondern nur noch ungesüßten und Wasser. Wir haben einen „Gemüse- und Obsttag“ an einem Tag der Woche eingeführt, zu dem die Kinder selbst Obst oder Gemüse mitbringen sollen. Sie sollen nicht nur theoretisch lernen, wo und wann Gemüse und Obst wächst, sondern auch beim Zubereiten mithelfen können. Aber das hat sich – genauso wie das Einkaufen von Speisen – noch nicht voll eingespielt, weil häufig etwas dazwischen kam: Personalmangel, Abschlussfahrten, Läuse ... Auch die Resonanz der Eltern betreffend, stehen wir eher am Anfang.

#### Auch Kritisches wird angesprochen

Als sehr unterstützend haben wir die Struktur des Projekts empfunden: Das schrittweise Vorwärtstkommen, die Treffen am Runden Tisch, von der Stärken-Schwächen-Analyse über das Festlegen konkreter Maßnahmen bis zu den festen Terminen, bei denen es um die erreichten Ziele ging. Hier haben wir durchaus auch gelernt, kritische Punkte anzusprechen. In ganz vielen Punkten sind wir damit weit vorgekommen. Wo es noch hapert, bleiben wir dran. Dazu gehört die Elternarbeit genauso wie das Einbeziehen der Kinder beim Vorbereiten von Mahlzeiten. Unsere Ziele für die nächsten Jahre sind auch schon klar: Wir möchten eine Übungsküche für die Kinder einrichten, die Elternarbeit weiter verbessern und unsere Küchenkraft Hatice weiter fortbilden.“

„Wir hatten schon eine gute Startposition“

Von Torsten Lückel, Kita-Leiter  
SOS-Kinderdorf Berlin-Moabit



## SOS-Kinderdorf Berlin-Moabit

„Wir sind eine Integrations-Kita, die eingebettet ist in das Konzept des SOS-Kinderdorfs in Berlin-Moabit: Zu unseren Prinzipien gehört es, die Kinder aller Kulturen vorurteilsbewusst zu fördern und sowohl Kinder als auch Eltern stark zu beteiligen. Es war uns ganz wichtig, diese Haltung auch in das Projekt einfließen zu lassen.“

### Stolpersteine aus dem Weg räumen

Wir mussten dabei nicht bei ‚Null‘ anfangen, vieles hatten wir schon angedacht. Teilgenommen haben wir, weil wir an einigen Punkten einfach nicht weiter kamen: So hatten wir immer wieder diskutiert, was denn eigentlich gesunde Ernährung für uns ausmacht. Das reichte von ‚makrobiotisch‘ bis ‚ohne Zucker‘ – ohne dass wir hier für uns zu einer klaren Entscheidung gekommen wären. Außerdem war die Kommunikation zwischen Kita und Küche nicht ganz optimal, und das, obwohl wir im selben Haus arbeiten. Darüber hinaus packten die Eltern auch weiterhin Dinge in die Brotboxen, die für uns dort nicht hinein gehörten, auch wenn wir mit ihnen immer wieder darüber gesprochen haben.

### Der DGE-Qualitätsstandard als Ausgangspunkt

Mit Hilfe des DGE-Qualitätsstandards konnten wir uns im Projekt sehr schnell auf ein gemeinsames Verständnis von gesunder Ernährung einigen und konkrete Maßnahmen für uns in den Bereichen Verpflegung, Ernährungsbildung und Kommunikation formulieren. Dabei haben wir uns die Hürden aber nicht so hoch gelegt, und das war sehr gut so.

Alle Gruppen von Erzieherinnen, Küchenkräften bis zu Eltern mit ins Boot zu holen – das war für uns eine ganz wesentliche Voraussetzung, weil es unserem Konzept entspricht. Vor allem für das Thema Ernährungsbildung ist das ganz zentral. Aber das Engagement hat sich wirklich gelohnt. Alle ziehen an einem Strang, um die Ziele auch konsequent umzusetzen.

**70 Kinder im Alter von sechs Monaten bis sechs Jahren**

**Krippe und offene Kita**

**14 pädagogische Mitarbeiterinnen**

**zwei Küchenfachkräfte, weitere Küchenhelferinnen**

**Träger: SOS-Kinderdorf e. V.**

**Verpflegungssystem: Trägerküche (Frischküche)**

**Web-Link: [www.sos-kinderdorf.de](http://www.sos-kinderdorf.de)**

### Mehr Austausch, mehr Wertschätzung

Gerade von unseren Küchenkräften gingen im Laufe des Projekts wichtige Impulse aus: Sie haben den DGE-Qualitätsstandard sehr schnell umgesetzt. Uns ist damit erst einmal klar geworden, wie unterschiedlich Pädagoginnen und Küchenkräfte arbeiten – heute tauschen sich beide Gruppen intensiv aus, die Wertschätzung füreinander ist noch gewachsen.

Aber nicht nur das Einbeziehen der Erwachsenen, sondern auch der Kinder war unser Anliegen: Vollkornprodukte sind bei den Mahlzeiten für die Kinder ganz selbstverständlich geworden. Wir hatten hier große Bedenken, ob sie das überhaupt essen würden. Täglich stellen wir den Kindern und Eltern im Schaukasten vor, was mittags auf den Tisch kommt. Einmal in der Woche schneiden die Kinder selbst Rohkost. Außerdem können sie Essenswünsche äußern und dazu auch gleich das Rezept von zu Hause mit einreichen. So spiegeln sich mittlerweile auch die kulturellen Essensgewohnheiten der Kinder bei uns wider. Und wir bekommen auf diesem Weg wiederum die Eltern stärker mit ins Boot.“

## 6. Sechs Schritte für die Qualität

Wie es Ihnen gelingt, den DGE-Qualitätsstandard umzusetzen

Sie sind motiviert und möchten nun ebenfalls in Ihrer Kita den Kreislauf der Organisationsentwicklung in Gang setzen? Das freut uns! Mit diesem Kapitel begleiten wir Sie bei jedem einzelnen dieser sechs Schritte auf Ihrem Weg. Schon bald werden Sie so Ihre Verpflegung gesundheitsförderlicher gestalten und die Ernährungsbildung in Ihren Kita-Alltag integrieren können.

Bevor wir zum eigentlichen Kreislauf kommen, lesen Sie bitte noch unser kleines Gelingens-ABC. Praktiker haben darin für Sie zusammengestellt, was aus ihrer Sicht ganz entscheidend für den Erfolg dieses Prozesses ist.



### Geben Sie Ihrer Kommunikation Struktur!

Wer ist bereit, in einer Arbeitsgruppe aktiv an diesem Prozess mitzuwirken? Wie oft treffen Sie sich? Nutzen Sie regelmäßig Ihre Teamsitzungen für die Kommunikation. Sie können auch einen Runden Tisch ins Leben rufen. Wie auch immer Sie Ihre Kommunikation organisieren, es sollten auf jeden Fall im Team folgende Gruppen vertreten sein: Leitung, pädagogische Fachkräfte, Küchenfachkräfte, Eltern, Trägervertreter. Auch Ihr Caterer kann teilnehmen. Aber Achtung: Durch seine Funktion als Auftragnehmer kann es zu Interessenskonflikten kommen.

### Wer soll unser ‚Kümmerner‘ sein?

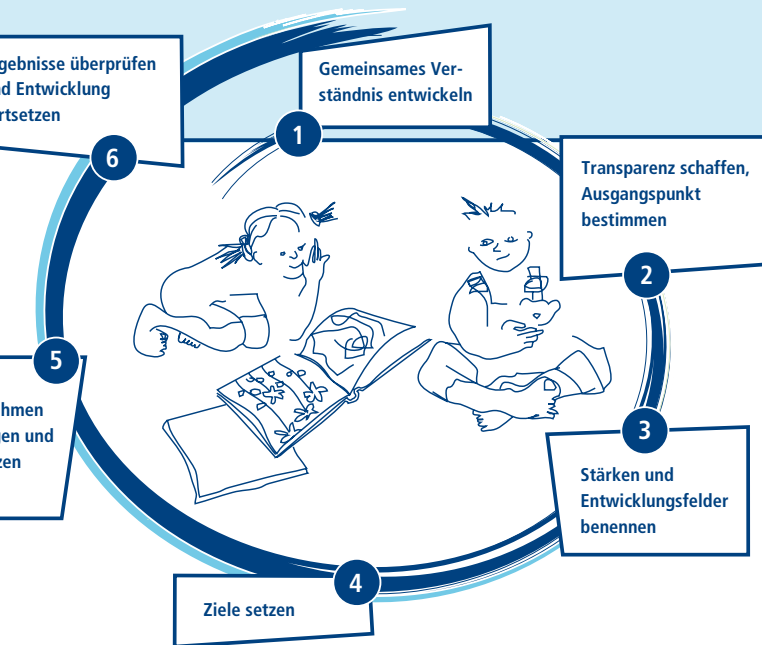
Eine gut vorbereitete Sitzung bringt schneller gute Ergebnisse. Deshalb sollte es für die Gesprächsrunden einen Moderator geben, der die Fäden in der Hand hält: Sie oder er plant dann nicht nur die Treffen, sondern achtet auch darauf, dass alle sich gleichermaßen einbringen und konstruktiv mitarbeiten können.

### Dokumentieren Sie Ihre Arbeit!

Es klingt banal, ist aber wichtig: Das Dokumentieren von Vereinbarungen ist ein Gedankenanker. Verabredetes kann so leicht beim nächsten Treffen wieder in Erinnerung gerufen werden. So ist auch leicht nachvollziehbar, was davon bereits erreicht wurde. Neben schriftlichen Ergebnisprotokollen eignen sich auch Pläne und Fotoprotokolle für die Dokumentation.

### Finden Sie Ihr eigenes Tempo!

Wer Ergebnisse wünscht, setzt sich schnell unter Zeitdruck. Aber: Organisationsentwicklung braucht Zeit. Treffen Sie sich regelmäßig zum Austausch, aber lassen Sie dabei Ihr eigenes Tempo zu. Je nach Einrichtung, Strukturen und gesteckten Zielen kann sich der gesamte Verände-



rungsprozess über ein ganzes Kita-Jahr erstrecken, manchmal dauert er sogar länger. Der Lohn für Ihre Geduld: Eine nachhaltige Veränderung in Ihrer Kita und der Einstieg in einen Qualitätskreislauf, der die Jahre überdauert.

### Tragen Sie es nach außen!

Was immer auch am Runden Tisch besprochen, beschlossen oder diskutiert wurde – die anderen Mitarbeiterinnen, Eltern und auch die Kinder müssen es erfahren. Nur wenn Sie alle sich eingebunden fühlen, werden Sie auch den Weg mitgehen können und wollen. Am besten legen Sie vorab fest, über welche Kommunikationswege Sie sie einbinden möchten: Dienstbesprechungen, Aushänge, Mitmach-Aktionen, Elternbriefe und Elternabende kommen hierfür infrage.

## 1. Schritt: Sie entwickeln ein gemeinsames Verständnis

Die Arbeitsgruppe ist gebildet, der Kümmerner benannt, das erste Treffen findet statt: „Kommt bei uns nur Reis mit Häutchen auf den Tisch?“, „Wie oft in der Woche essen die Kinder süßen Nachtisch?“, „Was ist Essen mehr als Verpflegung?“, „Wie binden wir die Eltern mit ein?“ – In mancher Runde geht es erst einmal hoch her. Nehmen Sie sich diese Zeit für einen intensiven Austausch. Es lohnt sich, denn

umso stärker werden Sie später alle gemeinsam an einem Strang ziehen.

Sprechen Sie über die aktuelle Situation, über Ihre individuellen Rahmenbedingungen und darüber, wie sich jeder einzelne Teilnehmer die Verpflegung in allen ihren Facetten im Kita-Alltag wünscht. Jetzt ist auch der richtige Zeitpunkt, um sich mit dem DGE-Qualitätsstandard zu beschäftigen (siehe S. 17). Er ist eine gute Grundlage für das Gespräch über die Qualität Ihrer Verpflegung im engeren Sinne. Das gemeinsame Verständnis geht jedoch darüber hinaus: Am Ende des ersten Schrittes sollte die gemeinsame Vision aller Teilnehmer stehen. Wo wollen wir hin? Wie sieht für uns eine optimale Verknüpfung zwischen guter Verpflegung und Ernährungsbildung aus?



Um ein gemeinsames Verständnis zu entwickeln, eignen sich gut Gruppendiskussionen oder Rollenspiele. Der *Kümmerer* kann Sprichwörter wie „Mit Essen spielt man nicht“ oder „Nur wenn der Teller leer ist, scheint die Sonne“ als Einstieg in Diskussionsrunden nutzen, weil sie zum Erzählen anregen. Auch unvollständige Satzanfänge, die spontan vervollständigt werden sollen, können Impulse sein: „Kinder brauchen in der Ernährung ...“, „Vollkornbrot finde ich ...“, „Wenn ich richtig Hunger habe, ...“.

Ihre Diskussion können Sie auch an folgenden Leitfragen orientieren:

- Das esse ich persönlich gerne – soll es auch in der Kita angeboten werden?
- Wie ist die Verpflegungssituation in unserer Kita heute und wie soll sie in Zukunft sein?
- Was verstehen wir unter einem gesundheits-

förderlichen Verpflegungsangebot für Kinder in unserer Kita?

- Wie können Gesundheit, Bildung und Ernährung in unserer Kita verknüpft werden?
- Wer muss an Veränderungsprozessen zum Thema „Essen und Trinken“ beteiligt werden?

Auch eine „Zukunftswerkstatt“ hat sich für diesen ersten Schritt bewährt (siehe Arbeitshilfe S. 53).

## 2. Schritt: Sie bestimmen Ihren Ausgangspunkt und schaffen Transparenz

Haben Sie Ihre Vision formuliert? Nun geht es daran, sie nach und nach Realität werden zu lassen. Dazu bedarf es im zweiten Schritt einer realistischen Einschätzung Ihres Ausgangspunktes: Wo stehen wir jetzt? Welche Rahmenbedingungen kennzeichnen unsere Kita? Wo sind unsere Stärken? Welche Ressourcen können wir nutzen? Wichtig ist es, diese Bestandsaufnahme transparent innerhalb des Runden Tisches zu machen, aber auch außerhalb für die Nichtteilnehmer.



Speziell für diesen Schritt finden Sie im Kapitel 8 unseren Fragebogen (siehe S. 39), mit dem Sie Ihre Bestandsaufnahme für die Bereiche „Verpflegungsqualität“, „Ernährungsbildung“ und



„Kommunikation“ machen können. Manchmal ist es sinnvoll, das in Kleingruppen zu tun. Jede Gruppe bearbeitet dann ein Handlungsfeld oder auch je nach Absprache bestimmte Frageblöcke innerhalb des Feldes. Tipp: Mischen Sie in den Kleingruppen pädagogische Fachkräfte, Trägervertreterinnen, Eltern und Küchenfachkräfte – das intensiviert Ihren Austausch.

### 3. Schritt: Sie benennen Ihre Stärken und Entwicklungsfelder

Steht Ihre Bestandsaufnahme? Dann gilt es nun, daraus die Ziele für Ihre individuelle Kita-Entwicklung abzuleiten und zu formulieren. Dazu muss die Fülle der gewonnenen Daten strukturiert, analysiert und natürlich in der Gruppe diskutiert werden. Der Fragebogen hilft Ihnen dabei, indem Sie bereits an Ort und Stelle ablesen können, wo schon jetzt Ihre Stärken liegen und wo es bei Ihnen noch Potenzial gibt, um sich weiterzuentwickeln. Genau hier können Sie Ihre Entwicklungsfelder identifizieren, in denen Sie in den weiteren Schritten Ziele und Maßnahmen erarbeiten können.



Die bewährte Methode für die Analyse Ihrer Bestandsaufnahme ist die SWOT-Analyse. SWOT steht dabei für „Strength, Weaknesses, Opportunities and Threats“, also „Stärken, Schwächen, Chancen und Risiken“.

Dazu legen Sie nun drei Schemata mit jeweils vier Feldern an, je eins für das Handlungsfeld Verpflegungsangebot, Ernährungsbildung, Kommunikation:

Stärken	Schwächen
Wo liegen gegenwärtig unsere Stärken, die wir nutzen können?	Was sind gegenwärtig unsere Schwächen?  Was könnte besser laufen?
Chancen	Risiken
Welchen günstigen Einflüssen ist unsere Kita ausgesetzt?  Welche Chancen ergeben sich für die zukünftige Entwicklung unserer Kita?	Welche Risiken oder Bedrohungen sehen wir, wenn wir uns nicht darum kümmern?  Welche Umweltfaktoren sind ungünstig?

Tragen Sie zunächst die **Stärken** aus dem Fragebogen stichwortartig zusammen; anschließend verfahren Sie analog mit den **Schwächen**. In die Analyse sollten aber nicht nur die abgefragten Fakten Eingang finden, sondern auch Ihre Diskussionsgedanken. Darüber hinaus sollten Sie hierbei auch zukünftig gesellschaftliche Entwicklungen und Trends in der Kita oder im lokalen Umfeld – also **Chancen** und **Risiken** bedenken und einfließen lassen. Das ist wichtig, weil sich daraus eher langfristige Einschätzungen und Entwicklungen ergeben können. Sind die vier Felder ausgefüllt, diskutiert die Gruppe die Gesamtschau. So kommen Sie zu individuellen Schlussfolgerungen für die weitere Entwicklung (siehe Arbeitshilfen S. 62).

#### 4. Schritt: Sie formulieren Ihre individuellen Ziele

Sie wissen nun, wo Ihre Stärken und Schwächen – also Entwicklungsfelder liegen. Sie haben sich Klarheit verschafft, was Sie gemeinsam in der Kita verändern und beibehalten wollen. Formulieren Sie nun dafür klare Ziele und schreiben Sie sie auf! Sie zeichnen auf diese Weise für alle Beteiligten ein klares Bild des Ergebnisses, das Sie gemeinsam erreichen wollen. Das Ziel muss natürlich auf einer realistischen Basis der Personal-, Zeit- und Finanzressourcen fußen, die Ihnen zur Verfügung stehen. Als sehr wertvoll und motivierend erleben es die Kitas dabei immer wieder, diese klaren Ziele nun auch nach außen zu kommunizieren. Unser Tipp: Setzen Sie sich guten Gewissens erst einmal kleinere Ziele, die Sie leicht und schnell erreichen können. Das Erfolgserlebnis motiviert Sie dazu, sich auch an größere Aufgaben zu wagen.



Formulieren Sie Ihre Ziele so, als hätten Sie sie schon erreicht. Fragen Sie sich dafür, wie der Zustand in einem oder zwei Jahren sein soll. So wird das Ziel für alle klar und vorstellbar. Ganz wichtig für Ihre Motivation ist es, die Ziele positiv und lösungsorientiert zu formulieren – und natürlich: sie auch für alle zu dokumentieren.

Beim Benennen der Ziele unterscheidet man zwischen Wirkungszielen und Handlungszielen. Beide sind auf Ihrem Weg wichtig, um sie anschließend in konkrete Maßnahmen zu übersetzen.

##### Beispiel für ein Wirkungsziel:

Jedes Kind erlebt in unserer Kita authentisch, dass ausgewogenes und abwechslungsreiches Essen und die Nahrungszubereitung Spaß machen.

##### Beispiel für daraus abgeleitete Handlungsziele:

###### Handlungsziel 1

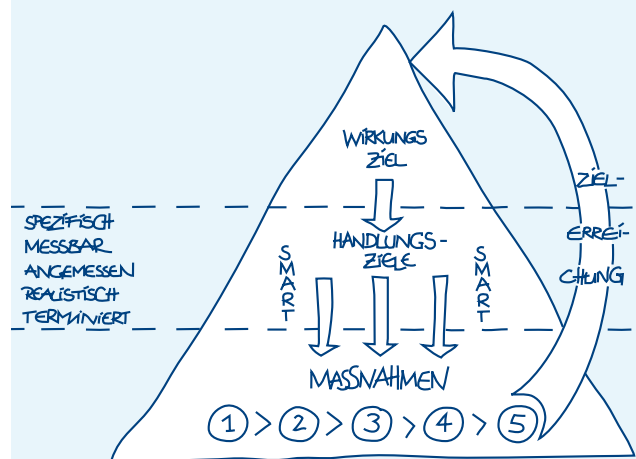
Das Kita-Team beteiligt in Zusammenarbeit mit der Küchenfachkraft die Kinder mind. einmal in der Woche und entsprechend ihren Fähigkeiten an der Zubereitung von Zwischenmahlzeiten.

###### Handlungsziel 2

Wir (Kita-Team und Küchenfachkraft) entwickeln und erproben bis zum Sommer ein Verfahren, um Wünsche der Kinder in den Speiseplan aufzunehmen.

###### Handlungsziel 3

Das Kita-Team fördert und stärkt die kindlichen Kompetenzen „rund ums Essen“ durch einen erlebnis- und handlungsorientierten Ansatz.



Haben Sie ein Wirkungsziel formuliert, hilft Ihnen das Handlungsziel dabei, ersteres in konkrete Maßnahmen münden zu lassen: Handlungsziele sind konkret formulierte Vorgaben, die zu bestimmten Zeitpunkten und mit einer bestimmten Qualität erreicht werden sollen. Mit Handlungszielen beschreiben Sie also einen eindeutigen und spezifischen Endzustand. Mit Hilfe der SMART-Methode können Sie überprüfen, ob Sie alle entscheidenden Faktoren bei einem Handlungsziel bedacht haben:

Spezifisch	Das Ziel ist konkret formuliert.
Messbar	Das Erreichen des Ziels ist überprüfbar.
Angemessen, Akzeptabel	Das Ziel ist angemessen und akzeptiert.
Realistisch	Das Ziel ist realistisch bzw. erreichbar.
Terminiert	Das Ziel ist auf einen Termin bezogen.

## 5. Schritt: Sie legen Ihre Maßnahmen fest und setzen sie um

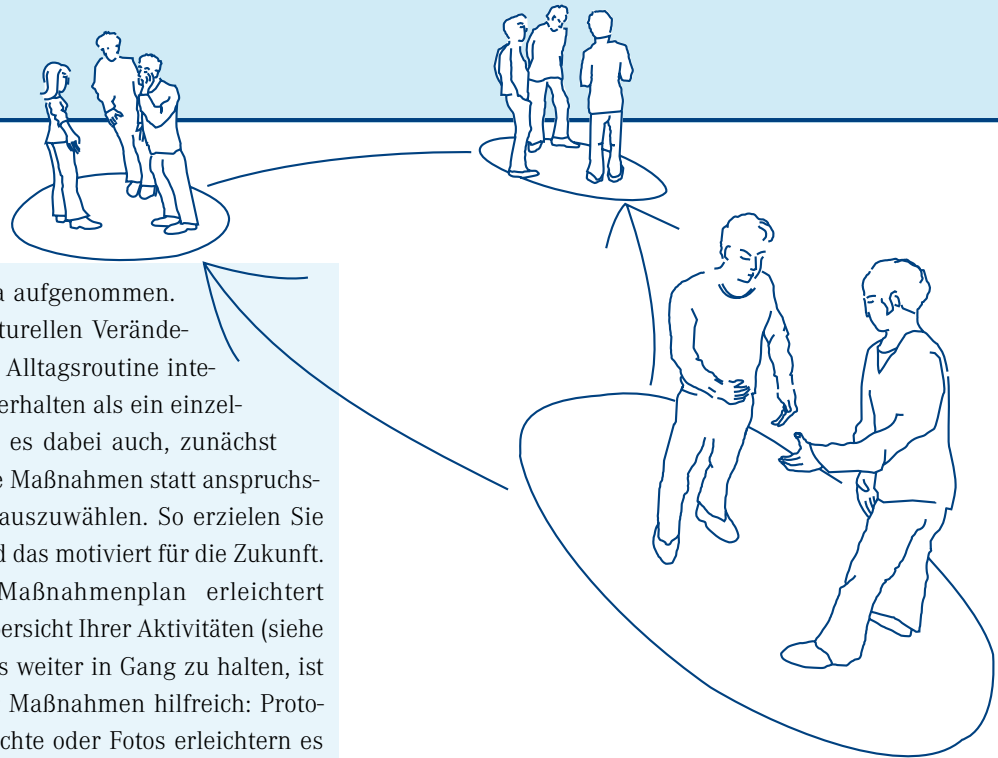
Wie können wir unser Ziel nun erreichen? Welche Schritte müssen wir erledigen? Wer übernimmt dazu wann welche Aufgabe? Bis wann wollen wir was erledigt haben? Ihre Fragen und die Antworten darauf bilden die Kernelemente Ihres Maßnahmenplans. Dieser Plan bricht sozusagen die Ziele auf konkrete Schritte herunter. Es gibt keine Standard-Antworten darauf, wie etwas umzusetzen ist. So unterschiedlich die Ausgangslage, die Entwicklungsfelder und die Ressourcen von Kitas sind, so vielfältig sind auch ihre individuellen Maßnahmen.



Sammeln Sie zunächst alle Ideen, wie Sie Ihr konkretes Ziel erreichen könnten. Anschließend wählen Sie die Ideen aus, die Ihre Gruppe am sinnvollsten findet, um das Ziel auch tatsächlich zu erreichen. Den größten Erfolg bringen hierbei erfahrungsgemäß solche Maßnahmen, die zu bleibenden strukturellen Veränderungen in der Kita führen. Ein Beispiel: Ernährungsbildungsmaßnahmen werden als fester Bestandteil in







den Wochenplan der Kita aufgenommen. Der Vorteil solcher strukturellen Veränderungen: Alles, was in die Alltagsroutine integriert wird, bleibt länger erhalten als ein einzelnes Projekt. Hilfreich ist es dabei auch, zunächst kleine und überschaubare Maßnahmen statt anspruchsvolle und umfangreiche auszuwählen. So erzielen Sie leichter einen Erfolg – und das motiviert für die Zukunft.

Ein tabellarischer Maßnahmenplan erleichtert Ihnen die Planung und Übersicht Ihrer Aktivitäten (siehe Seite 61). Um den Prozess weiter in Gang zu halten, ist die Dokumentation Ihrer Maßnahmen hilfreich: Protokolle, Pläne, Erlebnisberichte oder Fotos erleichtern es Ihnen, auch in Zukunft dran zu bleiben.

#### Beispielmaßnahmen bei Handlungsziel 1:

- Anlegen eines Rezeptordners mit Ideen für ein abwechslungsreiches Vesper
- Wöchentliche Planungsgespräche zwischen Erzieherinnen und Küchenfachkraft
- ...

#### Beispielmaßnahmen bei Handlungsziel 2:

- Kleingruppe „Beteiligung“ entwickelt Vorschlag
- Installation eines „Kinder-Küchenbriefkastens“
- ...

#### Beispielmaßnahmen bei Handlungsziel 3:

- Zwei Teamnachmittage werden zur Reflektion von Erfahrungen und Haltungen des Kita-Teams „rund ums Essen“ genutzt
- Recherche über Literatur und Medien zur Ernährungsbildung soll neue Ideen liefern
- Ess-Situationen werden als Lernsituationen verstärkt pädagogisch genutzt
- ...

## 6. Schritt: Sie überprüfen Ihre Ergebnisse – und setzen Ihre Entwicklung fort

„Was haben wir realisiert, was nicht?“ „Was hat sich in unserem Alltag verändert?“ „Wie setzen wir die Entwicklung der Kita im Bereich gesunder Ernährung fort?“ Im sechsten Schritt reflektieren Sie, was Sie erreicht haben und wie Sie dorthin gelangt sind. Dabei sollten Sie keinesfalls in Diskussionen darüber geraten, was alles misslungen oder gar gescheitert ist. Reflektieren Sie vielmehr gemeinsam entlang folgender Fragen: „Was ist geschehen?“ und „Was hat sich verändert?“

Richten Sie Ihren Blick darauf, was sie gelernt und erfahren haben, was gelungen ist und wo es Stolpersteine auf Ihrem Weg gab. Nehmen Sie Ihre Erfolge und Potenziale bewusst wahr und verstehen Sie sie als Anreiz, sie für die weitere konstruktive Zusammenarbeit in der Zukunft zu nutzen.



Für Ihre Reflexion eignen sich folgende Leitfragen:

Zu den erzielten Wirkungen:

- Konnten wir unsere Ziele erreichen?
- Welche Wirkungen/Veränderungen nehmen wir wahr?
- Welche Maßnahmen waren besonders bedeutsam, um unsere Ziele zu erreichen?
- Sind unsere Wirkungs- und Handlungsziele noch aktuell?

Zu hinderlichen und förderlichen Faktoren:

- Was war bei der Umsetzung von Zielen und Maßnahmen besonders förderlich/hilfreich?
- Welche Stolpersteine traten bei der Umsetzung auf?

Zur Sicherstellung der Qualität der Umsetzung:

- Wurden die festgelegten Ziele und Maßnahmen verlässlich umgesetzt?
- Woran ist das für uns erkennbar?
- Was ist zur Sicherstellung der weiteren Umsetzung zu klären?
- Was leiten wir für unsere Kita daraus ab? Welche neuen Vereinbarungen könnten sich daraus ergeben?

Nutzen Sie dazu das Arbeitsblatt auf S. 64.

Auch wenn Sie vielleicht am Ende dieses Prozesses nicht alle, sondern nur einige Ihrer Ziele erreicht haben, können Sie stolz auf sich sein. Denn Sie haben etwas ganz Entscheidendes geschafft: Sie haben sich auf den Weg gemacht und gemeinsam den Kreislauf der Organisationsentwicklung in Ihrer Kita in Gang gesetzt. Damit haben Sie Strukturen und Abläufe geschaffen, die Sie weiterhin nutzen können: Für neue Ziele in der nächsten Runde des Kreislaufs – und damit für Ihre Kita.

**Weitere methodische Hinweise und Tipps enthalten die Broschüren „Die gute gesunde Kita gestalten“ – Heft 1–4. Leseproben und Bestellmöglichkeiten finden Sie auf der Website [www.gute-gesunde-kita.de](http://www.gute-gesunde-kita.de).**

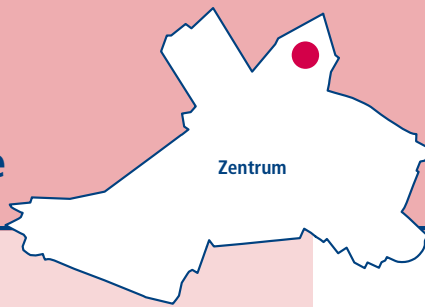
## 7. Verpflegungsangebot, Ernährungsbildung, Kommunikation

Wie die Projekt-Kitas den Kreislauf in Gang gesetzt haben

In die eine Kita hat die eigene Küche besonderen Schwung gebracht, die andere lässt ihrer Fantasie rund um Gemüse und Obst freien Lauf, die dritte lockt Kinder und Eltern mit morgendlichen Essensrätseln. Jede unserer drei Kitas hat sich in den drei Bereichen Verpflegungsangebot, Ernährungsbildung und Kommunikation im Kreislauf der Organisationsentwicklung ihre ganz individuellen Ziele gesetzt – und sie umgesetzt. Im Interview schildern sie, wie sie die sechs Schritte gegangen sind und dabei auch Stolpersteine überwunden haben.



## Kita Ramlerstraße



Unser Meilenstein bei der Verpflegungsqualität:

*„Wir schauen wieder selbst in die Töpfe“*

Ute Gracia, Leiterin Kita Ramlerstraße

**Karola Schulte:** „Ganz zu Beginn des Projekts haben Sie und Ihr Team davon geträumt, wieder in der eigenen Küche zu kochen. Das galt als sehr unwahrscheinlich. Warum haben Sie den Wunsch dennoch sogar zu Ihrem Hauptziel im Bereich der Verpflegungsqualität ernannt?“

**Ute Gracia:** „Seit unsere Köchin in Rente gegangen war, bekamen wir aus Kostengründen das Essen von außen geliefert. Wir wollten aber selbst und direkt Einfluss nehmen auf die Qualität und mit der Zubereitung vor Ort auch die Chance nutzen, positiv auf die Essgewohnheiten der Kinder und Familien einzuwirken und Vorbild zu sein. Wir waren überzeugt, dass wir dazu selbst in die Töpfe gucken müssen.“

**Karola Schulte:** „Zu hohe Kosten sind ein gewichtiges Argument gegen die eigene Küche. Zum Runden Tisch gehörten neben Ihnen, zwei Vertreterinnen aus der Kita und einer Elternvertreterin auch eine Vertreterin des Trägers. War es schwierig, sich auf dieses Ziel zu verständigen, die eigene Küche wieder zu reaktivieren?“

**Ute Gracia:** „Schon beim ersten Treffen war klar, dass alle Beteiligten dieses Ziel anstrebten – selbst der Träger war positiv gestimmt. Wir haben das Ziel bewusst hoch gesteckt. Abstriche hätten wir immer noch machen können. Die Frage war nur: Wie können wir das schaffen?“

**Karola Schulte:** „Was hat den Ausschlag gegeben?“

**Ute Gracia:** „Die Trägervertreterin hat verschiedenste Modelle geprüft. Durch einen Zufall standen schließlich

doch Küchenfachkräfte des Trägers zur Verfügung, weil eine andere Kita geschlossen wurde: Heute kochen bei uns zweieinhalb Küchenfachkräfte täglich frisches Essen. Hätte es nicht auf allen Seiten dieses Bewusstsein für unser Anliegen gegeben, wäre diese Chance mit Sicherheit an uns vorbeigezogen.“

**Karola Schulte:** „Warum hätten Sie das nicht auch ohne das Projekt erreichen können?“

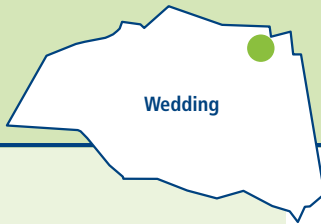
**Ute Gracia:** „Die Ernährung zu verbessern, das war natürlich immer wieder Thema in unseren Dienstbesprechungen. Es blieb aber stets eher halbherzig. Wir haben den strukturierten Kreislauf von ‚Kitas bewegen‘ mit den sechs Schritten gebraucht, um konsequent unsere Linie zu verfolgen: Gemeinsames Verständnis herstellen, Ziele formulieren, Maßnahmen entwickeln und umsetzen, Ergebnisse überprüfen. Dazu haben wir uns regelmäßig am Runden Tisch getroffen.“

**Karola Schulte:** „Sie haben das Stichwort ‚Ergebnisse überprüfen‘ als Bestandteil des Kreislaufs genannt. Was bedeutet das für den Alltag Ihrer Kita?“

**Ute Gracia:** „Wir setzen uns jetzt alle vier Wochen mit dem Team, also auch mit den Küchenfachkräften, zusammen und besprechen die Vor- und Nachteile des Speisenplans. Wir schauen, was gut läuft und wo wir etwas verändern müssen.“

**Karola Schulte:** „Was hat sich in Ihrer Kita geändert, seit Sie wieder in der eigenen Küche kochen?“

**Ute Gracia:** „Die Kinder freuen sich über das Essen und loben es. Sie können jetzt viel mehr selbst entscheiden. Dass wir die Küchen-Wiederbelebung geschafft haben, ist wie ein Motor für viele weitere Dinge in der Kita.“



Unser Meilenstein in der Ernährungsbildung:

*„Immer wieder dienstags ...  
ist bei uns Gemüse- und Obsttag“*

Ulrike Wölkerling, stellvertretende  
Leiterin Kita Weiße Wolke e. V.

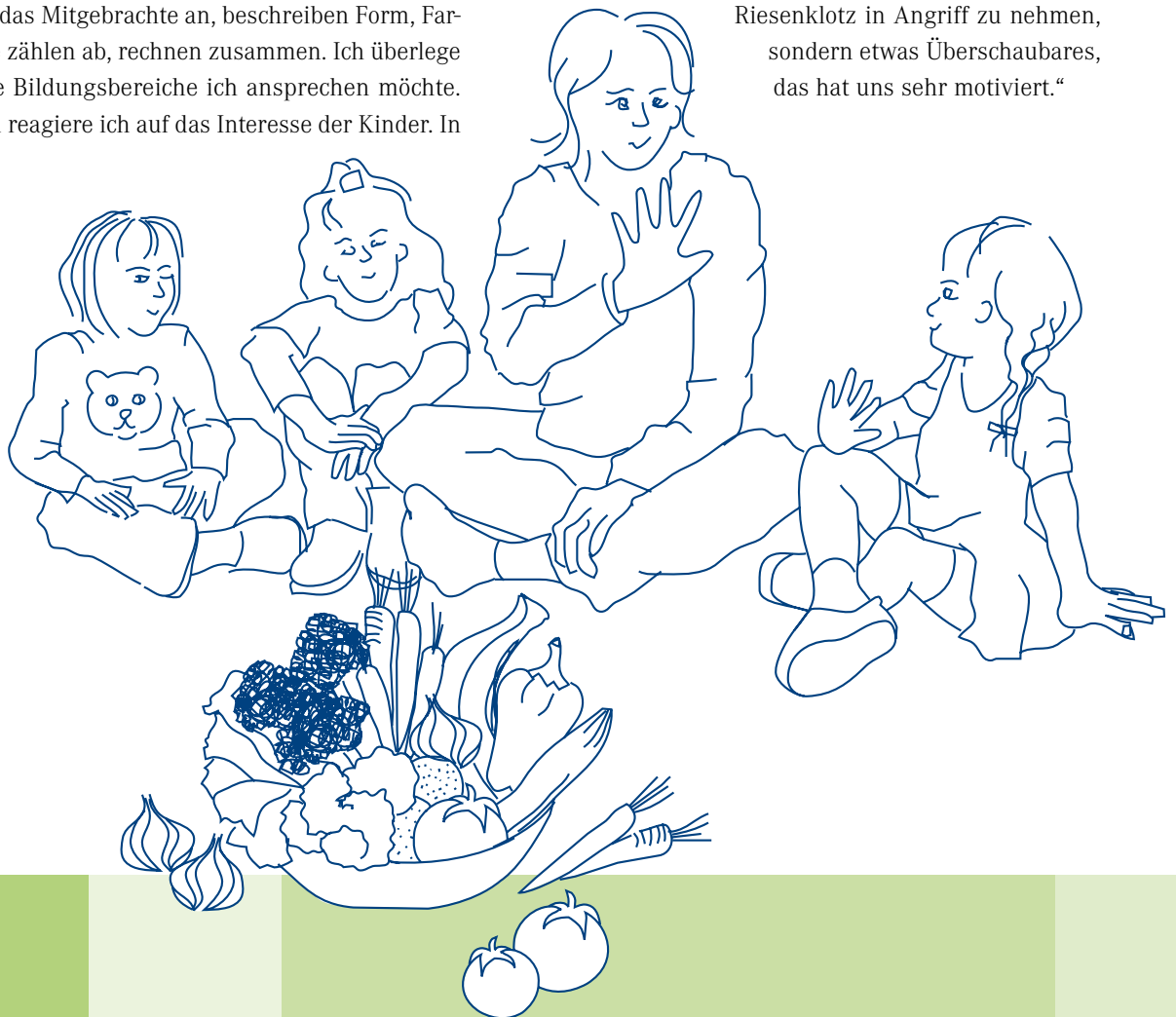
**Karola Schulte:** „Eine Ihrer ersten Maßnahmen im Projekt war es, einen Obst- und Gemüsetag einzuführen. Was passiert bei Ihnen immer dienstags?“

**Ulrike Wölkerling:** „Jedes Kind bringt am Dienstag ein Stück Gemüse oder Obst mit. Der gefüllte Korb kommt mit in den Morgenkreis, eine gute halbe Stunde stehen Gurken, Tomaten, Kiwis oder auch Kokosnüsse im Mittelpunkt. Die Kinder fassen das Mitgebrachte an, beschreiben Form, Farbe, Geruch, sie zählen ab, rechnen zusammen. Ich überlege vorher, welche Bildungsbereiche ich ansprechen möchte. Aber vor allem reagiere ich auf das Interesse der Kinder. In

jeweils einer unserer beiden Gruppen ist Obst und Gemüse anschließend in die Projektarbeit eingebunden. Das reicht vom Schnippeln bis zum Kochen und Backen.“

**Karola Schulte:** „Warum haben Sie den Gemüse- und Obsttag eingeführt?“

**Ulrike Wölkerling:** „Schon beim ersten Projekttreffen von Erzieherinnen, Kita-Leiterin, Köchin und Elternvertreterin war klar, dass Obst und Gemüse ein Manko bei uns ist. Vor allem Gemüse haben einige Kinder konsequent verweigert. Wir wollten das ändern, aber so, dass es auch Spaß macht. Der Gemüse- und Obsttag war für uns einfach umzusetzen – deshalb haben wir das bewusst zuerst gemacht. Keinen Riesenklotz in Angriff zu nehmen, sondern etwas Überschaubares, das hat uns sehr motiviert.“



**Karola Schulte:** „Welche Schritte sind Sie im Vorfeld gegangen?“

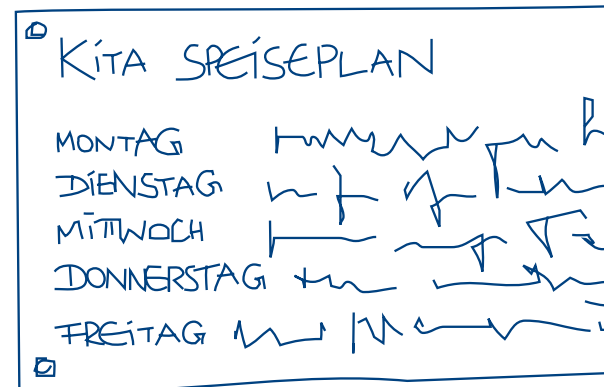
**Ulrike Wölkerling:** „Da wir schon länger bei ‚Kitas bewegen‘ dabei waren, sind wir mit dem Kreislauf in sechs Schritten vertraut. Beim ersten Projekttreffen haben wir uns deshalb erst einmal darauf verständigt, was gesunde Ernährung für uns bedeutet. Wir haben definiert, wie wir uns bei der Ernährungsbildung entwickeln wollen und uns dann das Ziel gesetzt, Gemüse und Obst in den pädagogischen Alltag einzubinden. Der Gemüse- und Obsttag war schließlich die erste konkrete Maßnahme, dieses Ziel umzusetzen.“

**Karola Schulte:** „Wie hat der Gemüse- und Obsttag es aus dieser Runde in den Alltag geschafft?“

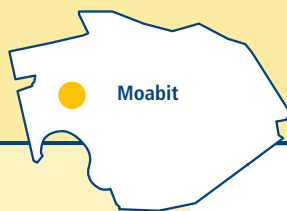
**Ulrike Wölkerling:** „Dazu war es wichtig, die Eltern ins Boot zu holen. Das haben wir mit einem Elternbrief und Infos am Schwarzen Brett geschafft. Innerhalb weniger Wochen war der Gemüse- und Obsttag eingebettet. Die Resonanz bei den Kindern ist sehr gut; sie sind stärker beteiligt und werden immer selbstständiger.“

**Karola Schulte:** „Das klingt nach Bilderbuch. Gab es auch Schwierigkeiten?“

**Ulrike Wölkerling:** „Obwohl wir einen einfachen Schritt gewählt haben, merkten wir schnell, wo es haperte. Weil die Kinder immer nur Obst mitbrachten, haben wir aus dem Obst- und Gemüsetag einen Gemüse- und Obsttag gemacht. Ursprünglich wollten wir das Thema dienstags in beiden Gruppen in die Projektarbeit einbinden, das machen wir jetzt nur jeweils in einer Gruppe. Bei den Eltern müssen wir immer dranbleiben, ihnen klar zu machen, warum das wichtig ist. Zum Kreislauf von ‚Kitas bewegen‘ gehört es, die Ergebnisse zu überprüfen, um sich dann weiterzuentwickeln. Das hilft, nicht aufzugeben, sondern dranzubleiben.“



## Kita im SOS-Kinderdorf



Unser Meilenstein in der Ernährungsbildung:

*„Kinder und Eltern lieben unser Morgenrätsel“*

Torsten Lückel, Leiter der Kita im SOS-Kinderdorf

**Karola Schulte:** „Wer Ihre Eingangshalle betritt, kommt automatisch am Glas-Schaukasten vorbei, in dem sie jeden Morgen die Zutaten fürs Mittagessen präsentieren. Wie kam es dazu?“

**Torsten Lückel:** „Was gibt es denn heute zu essen?“ – Diese Frage berührte ja ganz stark den Alltag der Kinder. Wir wollten den Kindern aber nicht nur vermitteln, was es zu essen gibt, sondern auch, woraus es besteht. So selbstverständlich wie das Essen ist, wollten wir auch die Kommunikation dazu in den Alltag einbetten. Das war eines unserer Ziele, die wir beim Runden Tisch formuliert haben. Daran nahmen immer zwei Vertreterinnen des Erzieherenteams, eine Küchenfachkraft, zwei Elternvertreterinnen, die pädagogische Leiterin und ich regelmäßig teil.“

**Karola Schulte:** „Warum haben Sie sich ausgerechnet für den Schaukasten als konkrete Maßnahme entschieden?“

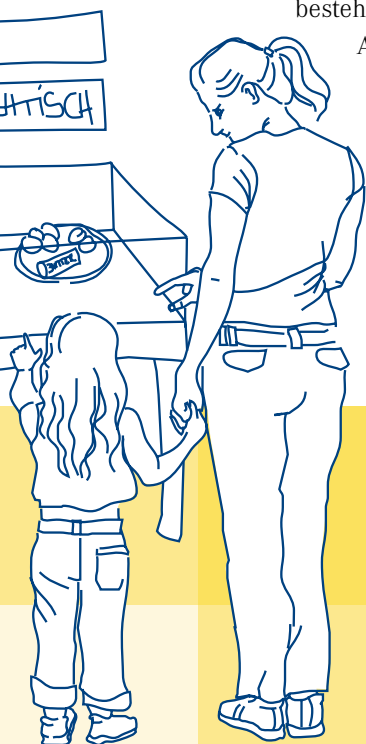
**Torsten Lückel:** „Zeigen, was es gibt und woraus es besteht – das fanden wir alle einen guten Ansatz. Die Idee mit dem Kasten kam von Frau Schulz und Frau Ahrens, unseren Küchenfachkräften: Bei der eigentlichen Umsetzung waren auch die beiden die treibenden Kräfte. Sie haben dafür gesorgt, dass wir auch wirklich woanders eine Vitrine abzwacken, aufstellen und loslegen.“

**Karola Schulte:** „Die Vitrine ist da, wird täglich gefüllt, alles perfekt – Können wir uns das so vorstellen?“

**Torsten Lückel:** „Nein, so ist es nicht. Das Bestücken der Vitrine mit den echten oder aus Plastik nachgemachten Zutaten dauert zwar nur eine Viertelstunde. Aber der Zeitplan in der Küche ist sehr straff. Das musste sich erst einmal einspielen. Jede Unterbrechung dieses Ablaufs birgt die Gefahr, dass es wieder holpert und auch mal dabei bleibt. Das haben wir beispielsweise gemerkt, als die Haube mal zwei Wochen kaputt war. Dann muss man erst wieder einen Anfang finden. Jetzt hat es sich aber wirklich gut eingespielt. Die Kinder reagierten übrigens ziemlich bestürzt auf den fehlenden Schaukasten: Sie glaubten, es gebe jetzt kein Mittagessen mehr.“

**Karola Schulte:** „Welchen Einfluss hat der Schaukasten auf die Kommunikation über die Ernährung?“

**Torsten Lückel:** „Eltern und Kinder bleiben morgens am Schaukasten stehen, jeden Morgen ist etwas anderes darin: Mehl, Milch, Eier, Salz – was könnte denn daraus wohl heute Mittag werden? Dieses Morgenrätsel ist zu einem ganz wichtigen Ritual geworden. Die Eltern können das Rätsel auflösen, indem sie auf den Speiseplan schauen, der über dem Kasten hängt. Die Kinder haben durch diese Kommunikation gelernt, sich heute viel detaillierter über das Essen zu äußern, was sie mögen und was nicht – und sie tun das auch ganz freimütig. Wir bauen das Thema Kommunikation immer weiter aus. Die Küche wünscht sich zum Beispiel Rückmeldungen, wie den Kindern das Essen schmeckt. Das machen wir jetzt schon einmal die Woche. Wir wollen aber in Zukunft noch andere Mittel und Wege finden, um das weiter zu verfeinern.“



## 8. Der Fragebogen für Kitas – Wo stehen wir jetzt?

Die Bestandsaufnahme oder der zweite Schritt im Kreislauf

„Transparenz schaffen, Ausgangspunkt bestimmen“ – Das ist der zweite Schritt im Organisationskreislauf. Mit diesem Schritt machen Sie die Bestandsaufnahme für Ihre Kita in den drei Handlungsfeldern Verpflegungsangebot, Ernährungsbildung und Kommunikation. Hier finden Sie den Fragebogen, den Sie dafür brauchen und der die Grundlage für die weiteren Schritte bildet. Bevor Sie mit der Bestandsaufnahme starten, lesen Sie bitte noch unsere drei kurzen Hinweise:





**Beteiligen Sie alle Akteure in der Kita an der Bestandsaufnahme!**

Das gilt für pädagogische Fachkräfte und Küchenkräfte genauso wie für Eltern, Träger und gegebenenfalls den Caterer. Vertreter aller Gruppen sollten in Ihrer Arbeitsgruppe oder am „Runden Tisch“ vertreten und am Ausfüllen des Fragebogens beteiligt sein. Nur so spiegelt die Auswertung anschließend die wirkliche Situation – und Sie nutzen von Anfang an die Chance, alle mit ins Boot zu holen.

**Lassen Sie sich vom Umfang des Fragebogens nicht abschrecken!**

Die einzelnen Handlungsfelder, aber auch die Fragenblöcke, sind in sich abgeschlossen. Sie müssen also nicht unter Druck den gesamten Bogen in einem Durchgang bearbeiten.

**Lassen Sie getrost verschiedene Meinungen zu!**

Es ist ganz normal, dass sich die Teilnehmer nicht in allen Punkten einig sind. Diskutieren Sie darüber. In der Regel gelingt es am Ende, zu einer gemeinsamen Einschätzung auf der Skala zu kommen.

Hier finden Sie die verschiedenen Aspekte des Fragebogens im Überblick:

Verpflegungsangebot	Ernährungsbildung	Kommunikation
Getränke 	Pädagogische Gestaltung von Ess-Situationen 	Vereinbarungen für Ess-Situationen im Kita-Alltag 
Frühstück/ Zwischenmahlzeiten 	Praxisorientierte Bildungsangebote mit Lebensweltbezug 	Beteiligung von und Dialog mit Eltern 
Mittagsverpflegung und Gestaltung des Speisenplans 	Verknüpfung mit Bildungsbereichen 	Kommunikation mit Küchenfachkräften und/oder einem Verpflegungsanbieter 
Auswahlkriterien für Lebensmittel und Speisen 		Kommunikation zum Speisenplan 
Organisation und Rahmenbedingungen von Mahlzeiten 		Organisations- und Qualitätsentwicklung 

## Bestandsaufnahme Handlungsfeld Verpflegungsangebot

### 1. Getränke

Welche Getränke bieten Sie an?	Stärke		Schwäche	
Tee, ungesüßt (Früchte-, Kräuter-, Rotbuschtee)	<input checked="" type="radio"/> regelmäßig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> nie
Tee (süß), Instant-Tee, Eistee (Fertigprodukt)	<input type="radio"/> nie	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> regelmäßig
Trink-, Mineralwasser	<input checked="" type="radio"/> regelmäßig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> nie
Saft (100 % Frucht)	<input type="radio"/> nie	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> regelmäßig
Fruchtsaftschorlen	<input type="radio"/> nie	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> regelmäßig
Fruchtsaftgetränk/Nektar	<input type="radio"/> nie	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> regelmäßig
Limonade, Cola etc.	<input type="radio"/> nie	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> regelmäßig

### 2. Frühstück/Zwischenmahlzeiten

Zum Frühstück bzw. anderen Zwischenmahlzeiten bietet unsere Kita folgende Lebensmittel an:<sup>2</sup>






































	Stärke		Schwäche	
Brot oder Brötchen (Vollkornprodukte)	<input checked="" type="radio"/> regelmäßig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> nie
Kuchen/Gebäck	<input type="radio"/> nie	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> regelmäßig

<sup>2</sup> Zur Erläuterung der verwendeten Begriffe siehe auch DGE-Qualitätsstandard, Kapitel Frühstück und Zwischenverpflegung.

	Stärke		Schwäche	
Müsli/Cornflakes (gezuckert)	<input type="radio"/> nie	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> regelmäßig
Müsli/Cornflakes (ungezuckert)	<input type="radio"/> regelmäßig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> nie
Müsliriegel	<input type="radio"/> nie	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> regelmäßig
Täglich Gemüse z. B. als Rohkost oder Salat	<input type="radio"/> regelmäßig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> nie
Täglich ein Stück Obst (ohne Zuckerzusatz)	<input type="radio"/> regelmäßig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> nie
Trinkmilch mit max. 1,5 % Fett	<input type="radio"/> regelmäßig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> nie
Regelmäßig ein Milchprodukt (Joghurt 1,5 % Fett i. Tr., Quark max. 20 % Fett i. Tr., Käse ≤ 50 % Fett i. Tr. o. ä.)	<input type="radio"/> regelmäßig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> nie
Wenn wir Wurstwaren anbieten, achten wir auf magere Sorten (max. 20 % Fett)	<input type="radio"/> regelmäßig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> nie
Knabbereien, süß oder salzig	<input type="radio"/> nie	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> regelmäßig
Nussnougatcreme, Marmelade, Süßigkeiten	<input type="radio"/> nie	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> regelmäßig

### 3. Mittagsverpflegung und Gestaltung des Speisenplans

Wie oft kommen die nachfolgenden Lebensmittel an 20 Verpflegungstagen im Speisenplan Ihrer Kita vor?<sup>3,4</sup>

	Stärke		Schwäche	
Abwechselnd Lebensmittel aus der Lebensmittelgruppe Kartoffeln, Getreide und Getreideprodukte (Teigwaren, Parboiled Reis, andere Getreideprodukte wie Cous-cous, Bulgur, Polenta, ..., stärkehaltige Lebensmittel), davon:	 mind. 20 x	 19-18	 18-17	 < 17 x
• Vollkornprodukte	 mind. 4 x	 3 x	 2 x	 < 1 x
• Kartoffelerzeugnisse	 max. 4 x	 5 x	 6 x	 > 7 x
Gemüse, Hülsenfrüchte und Salat/ Rohkost, davon:	 mind. 20 x	 19-18	 18-17	 < 17 x
• Rohkost oder Salat	 mind. 8 x	 7 x	 6 x	 < 5 x
Obst, frisch oder tiefgekühlt, ohne Zuckerzusatz	 mind. 8 x	 7 x	 6 x	 < 5 x
Milch und Milchprodukt (Milch und Joghurt 1,5 % Fett i. Tr., Quark max. 20 % Fett i. Tr., Käse £ 50 % Fett i. Tr. o. ä.)	 mind. 8 x	 7 x	 6 x	 < 5 x
Fleisch und Wurst, davon:	 mind. 8 x		 9 x	 < 9 x
• Fleischerzeugnisse inkl. Wurstwaren	 mind. 4 x		 5 x	 < 5 x
Seefisch	 mind. 4 x		 3	 < 2 x

<sup>3</sup> Zur Erläuterung der verwendeten Begriffe siehe auch DGE-Qualitätsstandard, Kapitel Mittagsverpflegung.

<sup>4</sup> In Anlehnung an die Kriterien zur Eigenkontrolle im DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder.

	Stärke		Schwäche	
Ei-Gericht	<input checked="" type="radio"/> max. 2 x	<input type="radio"/> 3 x	<input type="radio"/> 3 x	<input type="radio"/> > 3 x
Vegetarische Gerichte	<input checked="" type="radio"/> mind. 8 x	<input type="radio"/> 7 x	<input type="radio"/> 7 x	<input type="radio"/> < 6 x
Süße Hauptgerichte	<input checked="" type="radio"/> max. 2 x	<input type="radio"/> 3 x	<input type="radio"/> 3 x	<input type="radio"/> > 3 x
Frittierte Produkte	<input checked="" type="radio"/> max. 4 x	<input type="radio"/> 5 x	<input type="radio"/> 5 x	<input type="radio"/> > 5 x
Schokolade, Schokoriegel, Kuchen, Gebäck oder andere Süßigkeiten als Nachtisch	<input checked="" type="radio"/> nie	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> regelmäßig
Wir verwenden Rapsöl (alternativ Soja-, Oliven-, Weizenkeim- oder Walnussöl) für die Speisenzubereitung.	<input checked="" type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht
Wir würzen bevorzugt mit frischen Kräutern und setzen (sparsam) jodiertes Salz ein.	<input checked="" type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht

#### 4. Auswahlkriterien für Lebensmittel und Speisen

Was beachten Sie bei der Gestaltung des Lebensmittelangebots in Ihrer Kita noch? <sup>5</sup>	Stärke		Schwäche	
In unserer Kita setzen wir regionale Produkte ein.	<input checked="" type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht
Wir verwenden Gemüse und Obst der Saison.	<input checked="" type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht

<sup>5</sup> In Anlehnung an die Kriterien zur Eigenkontrolle im DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder.

	Stärke		Schwäche	
Die angebotenen Lebensmittel kommen aus ökologischem Landbau.	<input type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht
Bei der Nahrungsmittelauswahl berücksichtigt unsere Kita kulturspezifische und religiöse Aspekte.	<input type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht
Wünsche der betreuten Kinder werden bei der Gestaltung des Speisenplans beachtet.	<input type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht
Die besonderen Bedürfnisse von Kleinkindern werden bei der Lebensmittelauswahl und Speisenplangestaltung berücksichtigt.	<input type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht
Die Bedürfnisse von Kindern mit medizinisch bedingter Lebensmittelauswahl sind bekannt und werden beachtet.	<input type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht

## 5. Organisation und Rahmenbedingungen von Mahlzeiten

	Stärke		Schwäche	
Getränke wie Wasser oder ungesüßter Tee sind für die Kinder jederzeit frei verfügbar (z. B. in Wasserspendern).	<input type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht
Die Mahlzeiten in der Kita berücksichtigen den Rhythmus Frühstück, Zwischenmahlzeit, Mittag, Zwischenmahlzeit.	<input type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht
Wir essen zu festen Zeiten oder in festgelegten Zeiträumen.	<input type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht
Es gibt Zeiten, in denen <b>nicht</b> gegessen werden darf/sollte („essensfreie“ Zeiten).	<input type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht

	Stärke		Schwäche	
Zum Essen kann sich jedes Kind so viel Zeit nehmen, wie es braucht.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht
In der Kita werden die hygienischen Vorschriften für die Lagerung von Lebensmitteln und das Zubereiten in den eigenen Räumen von allen Beteiligten eingehalten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht
Wir achten darauf, dass der Zeitraum zwischen Fertigstellung des Mittagessens und Ausgabe der Speisen möglichst gering gehalten wird.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht
<b>Unser Speisenbereich ...</b>				
... hat leicht zu reinigendes, altersgerechtes Mobiliar.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht
... hat ausreichend Platz für jedes Kind.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht
... ist klar von den übrigen Aktivitäten abgegrenzt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht
... ist hell und angemessen beleuchtet.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht
... ist freundlich gestaltet (z. B. Bilder, Tischdekoration, Tischsets).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht

## Bestandsaufnahme Handlungsfeld Ernährungsbildung

### 6. Pädagogische Gestaltung von Ess-Situationen

	Stärke		Schwäche	
Pädagogische Fachkräfte begleiten alle Mahlzeiten professionell und essen selbst mit.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	regelmäßig			nie
Pädagogische Fachkräfte bemühen sich, die eigenen Vorlieben und Abneigungen nicht unreflektiert auf die Kinder zu übertragen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	regelmäßig			nie
Es wird darauf geachtet, dass die betreuten Kinder genügend trinken.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	regelmäßig			nie
Die täglichen Ess-Situationen werden zur elementaren Bildung genutzt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	regelmäßig			nie
Unsere vereinbarten Tisch-Regeln werden vom Kita-Team eingehalten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	regelmäßig			nie
Die Kinder werden an Körperhygiene (z. B. Hände waschen vor den Mahlzeiten) herangeführt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	regelmäßig			nie
Hygieneaspekte werden auch während der Mahlzeiten beachtet und thematisiert.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	regelmäßig			nie
Die angebotenen Lebensmittel sind abwechslungsreich und ermöglichen den betreuten Kindern das Kennenlernen der Lebensmittelvielfalt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	regelmäßig			nie
Gefühle wie Hunger oder Satt sein werden thematisiert.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	regelmäßig			nie
Die Kita regt Kinder dazu an, Lebensmittel mit allen Sinnen zu erfahren (Fühlen, Riechen, Schmecken ...).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	regelmäßig			nie
Die Kita ist darauf bedacht, das Interesse an bislang unbekanntem Lebensmitteln zu wecken, um die Essgewohnheiten im gesundheitsförderlichen Sinn zu erweitern.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	regelmäßig			nie



## 7. Praxisorientierte Bildungsangebote mit Lebensweltbezug

	Stärke		Schwäche	
Das pädagogische Angebot der Kita schließt praktische Erfahrungen im Umgang mit Lebensmitteln für alle Kinder ein.	<input type="radio"/> regelmäßig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> nie
Mädchen und Jungen beteiligen sich an Tätigkeiten zur Vor- und Nachbereitung der Mahlzeiten wie z. B. Tisch decken oder abräumen.	<input type="radio"/> regelmäßig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> nie
Bei den Mahlzeiten können sich die Kinder gemäß ihren individuellen Fähigkeiten den eigenen Teller selbst füllen.	<input type="radio"/> regelmäßig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> nie
Alle Kinder können sich an der Planung und Zubereitung von Mahlzeiten beteiligen und erleben dabei Lebensmittel und ihre Zubereitung mit Genuss und Freude.	<input type="radio"/> regelmäßig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> nie
Das pädagogische Angebot vermittelt Sicherheit im Umgang mit Küchengeräten.	<input type="radio"/> regelmäßig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> nie
Beim Anbau von Salat, Gemüse, Kräutern oder Obst (z. B. im Garten oder im Blumentopf) erleben die Kinder Zusammenhänge zwischen Natur und Nahrungsaufnahme.	<input type="radio"/> regelmäßig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> nie
Bei Erkundungsgängen (z. B. Bauernhof, Molkerei) erfahren die Kinder etwas über die Herkunft von Lebensmitteln.	<input type="radio"/> regelmäßig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> nie
Bei der Beschaffung (z. B. Einkauf) von Lebensmitteln lernen die Kinder im Gespräch mit pädagogischen Fachkräften eine gesundheitsförderliche Auswahl kennen.	<input type="radio"/> regelmäßig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> nie

## 8. Verknüpfung mit Bildungsbereichen (am Beispiel des BBP<sup>6</sup>)

Angebote zur Ernährungsbildung werden mit folgenden Bildungsbereichen verknüpft ...

	Stärke		Schwäche	
... Körper, Bewegung und Gesundheit	<input checked="" type="radio"/> regelmäßig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> nie
... soziale und kulturelle Umwelt	<input checked="" type="radio"/> regelmäßig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> nie
... Kommunikation: Sprachen, Schriftkultur und Medien	<input checked="" type="radio"/> regelmäßig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> nie
... bildnerisches Gestalten	<input checked="" type="radio"/> regelmäßig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> nie
... Musik	<input checked="" type="radio"/> regelmäßig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> nie
... mathematische Grunderfahrung	<input checked="" type="radio"/> regelmäßig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> nie
... naturwissenschaftliche und technische Grunderfahrung	<input checked="" type="radio"/> regelmäßig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> nie

<sup>6</sup> Dieser Fragenblock bezieht sich beispielhaft auf das Berliner Bildungsprogramm. Zur Übertragung auf die Bildungsziele Ihres Bundeslandes setzen Sie bitte die entsprechenden Bildungsbereiche oder Bildungsziele ein.

## Bestandsaufnahme Handlungsfeld Kommunikation

### 9. Vereinbarungen für Ess-Situationen im Kita-Alltag

	Stärke			Schwäche
In unserer Kita gibt es konkrete Vereinbarungen für ein gesundheitsförderliches Lebensmittelangebot bei den Zwischenmahlzeiten.	<input checked="" type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht
Wir achten auf ein gesundheitsförderliches Lebensmittelangebot durch klare Regelungen zum Umgang mit Süßigkeiten.	<input checked="" type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht
Es gibt Vereinbarungen für Geburtstagsfeste und das erwünschte Lebensmittelangebot an Geburtstagen.	<input checked="" type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht
Auch für sonstige Feste gibt es Vereinbarungen zum Lebensmittelangebot.	<input checked="" type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht
Kita-Team und Eltern erhalten Hinweise auf die Erfordernisse zum Einhalten von Hygiene-Anforderungen.	<input checked="" type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht

### 10. Beteiligung von und Dialog mit Eltern

	Stärke			Schwäche
Eltern werden in die Qualitätsentwicklung des Verpflegungsangebots in der Kita einbezogen.	<input checked="" type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht
Die Eltern erhalten Informationen zur Bedeutung von gesundheitsförderlichen Mahlzeiten/Zwischenmahlzeiten für Kinder und zur Lebensmittelauswahl.	<input checked="" type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht

	Stärke		Schwäche	
In unserer Kita gibt es Vereinbarungen, die die Eltern anregen, ihren Kindern eine gesunde Kost zum Frühstück mitzugeben.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht
Die Eltern kennen die Kita-Konzeption und alle Vereinbarungen zur gesunden Ernährung in der Kita.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht
Andauernde, auffällige Ablehnungen von einzelnen Lebensmitteln einzelner Kinder werden gegenüber den Eltern thematisiert.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht
Aufnahmegespräche, Elternabende und tägliche „Tür-und-Angel-Gespräche“ werden für den Dialog mit Eltern über Ernährungsthemen genutzt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht
Schriftliche Informationen z. B. per Elternbrief oder Aushang berücksichtigen das Thema Ernährung.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht

## 11. Kommunikation mit Küchenfachkräften und/oder einem Verpflegungsanbieter

### A. Für Kitas mit eigener Küche oder mit Trägerküche

	Stärke		Schwäche	
Die leitenden Kräfte von Kita und Küche stehen in einem Dialog über das Verpflegungsangebot.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht
Das Kita-Team oder Beauftragte des Teams haben Möglichkeiten zur Mitsprache bei der Speisenplangestaltung.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht
Es gibt Vereinbarungen mit der Küche zur Qualität der angebotenen Lebensmittel und für die gesundheitsförderliche Speisenplanung.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht

	Stärke		Schwäche	
Kita-Team, Eltern und Kinder haben die Möglichkeit, ihre Zufriedenheit mit der Mittagskost auszudrücken.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht
Ansprechpartner für Wünsche und Beschwerden über die Verpflegung sind benannt und bekannt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht
Das Küchenteam unterstützt die pädagogischen Fachkräfte bei der Gestaltung von Bildungsangeboten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht
<b>B. Für Kitas mit Catering</b>				
Kita-Leitung und Caterer stehen in einem Dialog über das Verpflegungsangebot.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht
Das Kita-Team oder Beauftragte des Teams haben Möglichkeiten zur Mitsprache bei der Speisenplangestaltung.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht
Die im Vertrag vereinbarten Leistungen des Caterers sind der Kita-Leitung bekannt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht
Das Kita-Team oder Beauftragte des Teams sind/waren an der Ausschreibung und Auswahl des Caterers beteiligt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht
Es gibt konkrete Qualitätsvereinbarungen zu der vom Träger beauftragten Verpflegung.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht
Kita-Team, Eltern und Kinder haben die Möglichkeit, ihre Zufriedenheit mit der Mittagskost auszudrücken.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht
Ansprechpartner für Wünsche und Beschwerden über die Verpflegung sind benannt und bekannt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	trifft voll zu			gar nicht

## 12. Kommunikation zum Speisenplan

	Stärke		Schwäche	
Kita-Team, Eltern und Kinder sind über den Speisenplan informiert.	<input checked="" type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht
Ein aktueller, wöchentlicher Speisenplan hängt aus.	<input checked="" type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht
Der Aushang ist für alle gut sichtbar.	<input checked="" type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht
Unsere Kommunikation über den Speisenplan ist bildhaft und für Kinder geeignet.	<input checked="" type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht

## 13. Organisations- und Qualitätsentwicklung

	Stärke		Schwäche	
Gesundes Essen und Trinken ist ein Schwerpunkt im Angebot unserer Kita.	<input checked="" type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht
Wir bemühen uns um eine kontinuierliche Weiterentwicklung unter Beteiligung des Trägers, des Kita-Teams, von Eltern und dem Küchenteam.	<input checked="" type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht
Küchenfachkräfte und pädagogische Fachkräfte bilden sich regelmäßig fort.	<input checked="" type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht
Die Bedeutung der Ernährung für die Gesundheit der von uns betreuten Kinder und die dafür getroffenen Vereinbarungen werden in unserer Kita-Konzeption beschrieben.	<input checked="" type="radio"/> trifft voll zu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> gar nicht

# Zum Nachlesen und Weiterlesen

## Web-Links

### **www.aid.de**

Der aid infodienst wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz finanziert und informiert sachlich und interessenunabhängig.

### **www.aid-macht-schule.de**

Auf dieser Seite finden Sie Materialien für die Ernährungs- und Verbraucherbildung für Kinder ab 4 Jahren.

### **www.aktionsplan-allergien.de**

Hier erhalten Sie zuverlässige Informationen für Allergiker und ihre Familien. Der Aktionsplan verfolgt das Ziel die Lebensqualität von Allergikern zu erhöhen.

### **www.aok.de/nordost**

Hier können Sie sich unter anderem über das Projekt TigerKids informieren, ein Kita-Projekt der AOK Nordost zur ausgewogenen Ernährung und ausreichenden Bewegung. Zudem können Sie sich über die Ergebnisse der AOK-Familienstudie 2010 informieren.

### **www.biokannjeder.de**

„Bio kann jeder“ ist eine bundesweite Informationskampagne für eine ausgewogene Außer-Haus-Verpflegung von Kindern und Jugendlichen. Die regionalen Workshops im Rahmen von „Bio kann jeder“ richten sich an die verantwortlichen Akteure von Kitas und Schulen.

### **www.dge.de**

Auf den Seiten der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. finden Sie fundierte Ernährungs- und Verbraucherinformationen.

### **www.evb-online.de**

Das Internetportal bietet Informationen zur Ernährungs- und Verbraucherbildung. Es ist im Rahmen des For-

schungsprojekts REVIS – Reform der Ernährungs- und Verbraucherbildung in Schulen entstanden.

### **www.fitkid-aktion.de**

Portal mit umfangreichen Informationen zur Verpflegung in Kitas der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Hier finden Sie unter anderem Informationen zur Kinderernährung, den DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kindertagesstätten zum Download, Wochenspeisenpläne mit nährstoffoptimierten Rezepten, Informationen zu Fragen der Hygiene und vieles mehr.

### **www.gesund-ins-leben.de**

Das Portal „Gesund ins Leben – Netzwerk junge Familien“ vermittelt jungen Familien Wissen und Kompetenzen zu den Themen ausgewogene Ernährung und Allergieprävention und motiviert sie zu einem gesunden Lebensstil. Hier erhalten Sie unter anderem Informationen für die Ernährung unter 1-Jähriger.

### **www.gute-gesunde-Kita.de**

Auf der Seite der Bertelsmann Stiftung finden Sie Informationen rund um die gute gesunde Kita und das Projekt „Kitas bewegen“. Ebenso können Sie dort eine Reihe von Informationsmaterialien herunterladen und bestellen.

### **www.in-form.de/startseite-vns-portal**

Über diese Seite gelangen Sie zu den Internetseiten der Vernetzungsstellen der Bundesländer, die zum Teil nicht nur für die Schulverpflegung, sondern auch für die Verpflegung in Kitas Ansprechpartner sind.

### **Internetseiten der Verbraucherzentralen aller Bundesländer**

Hier finden Sie Fortbildungsangebote für Kita-Fachkräfte, die im Rahmen des FIT KID-Projekts angeboten werden, zu den Themen gesunde Ernährung, Speisenplangestaltung und Ernährungsbildung.

#### **www.partizipative-qualitaetsentwicklung.de**

Diese Website unterstützt Praktiker, die Qualitätsentwicklung der Arbeit gemeinsam zu planen, zu verbessern und zu bewerten.

#### **www.qs-kompodium.de/hefte.html**

Mit der Broschürenreihe Qs veröffentlichte das Bundesfamilienministerium Fachinformationen für die Jugendhilfe. Mit dem Qs-Heft 19 (1998) steht ein Leitfaden für Selbstevaluation und Qualitätssicherung in der Kinder- und Jugendhilfe zur Verfügung

#### **www.schulmilch-fuer-alle.de**

Das EU-Schulmilchprogramm fördert den Verkauf von Milch und Milchprodukten nicht nur in Schulen, sondern auch in Kitas. Über die angegebene Seite können Sie sich über das Anmeldeverfahren informieren.

#### **www.vernetzungsstelle-berlin.de**

Über die Seite der Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung Berlin erhalten Sie Informationen zur Kita- und Schulverpflegung sowie zu laufenden Projekten und Projektergebnissen der Vernetzungsstelle.

#### **www.was-wir-essen.de**

Informationsseite des aid infodienstes rund um Fragen zu Lebensmitteln – von der Erzeugung über den Einkauf und die Verarbeitung bis hin zur Zubereitung und Lagerung – sowie zur Ernährung.

## **Literatur**

**aid infodienst (Hrsg.) (2010):** *Das beste Essen für Kleinkinder – Empfehlungen für die Ernährung von 1- bis 3-Jährigen.* Bonn.

**aid infodienst (Hrsg.) (2009):** *Die aid-Ernährungspyramide im Kindergarten – Spiele, Übungen, Kopiervorlagen.* (Download unter: [www.aid.de/shop](http://www.aid.de/shop)).

**aid infodienst, Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (Hrsg.) (2008):** *Essen und Trinken in Tageseinrichtungen für Kinder.* Köln.

**aid infodienst (Hrsg.) (2008):** *Küchenhygiene.* Bonn.

**aid infodienst (Hrsg.) (2005):** *Infektionsschutz in Kindertagesstätte und Schule.* Bonn.

**Bertelsmann Stiftung (Hrsg.) (2012):** *Referenzrahmen zur Qualitätsentwicklung in der guten gesunden Kita – Für Kita-Träger, Leitungen und pädagogische Mitarbeiter.* Gütersloh.

**Bertelsmann Stiftung (Hrsg.) (2011):** *Die gute gesunde Kita gestalten.* Heft 1-4. 2. Auflage. Gütersloh.

**Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Hrsg.) (2009):** *13. Kinder- und Jugendbericht.* Berlin.

**Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Hrsg.) (2010):** *Qualitätsstandards für Beteiligung von Kindern und Jugendlichen. Allgemeine Qualitätsstandards und Empfehlungen für die Praxisfelder Kindertageseinrichtungen, Schulen, Kommune, Kinder- und Jugendarbeit und Erzieherische Hilfen.* Berlin.

**Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (Hrsg.) (2010):** *Qualitätskriterien für Maßnahmen der Gesundheitsförderung und Primärprävention von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen (Band 13).* Köln.



**Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (Hrsg.) (2008):** *Ernährungsbericht 2008*. Bonn.

**Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (Hrsg.) (2011):** *DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder*. 3. Auflage. Bonn.

**Heindl, Ines (2003):** *Studienbuch Ernährungsbildung. Ein europäisches Konzept zur schulischen Gesundheitsförderung*. Rieden.

**Heindl, Ines (2005):** *Gesundheitswissenschaftliche Fundierung der Ernährungsbildung im Forschungsprojekt REVIS*. Paderborner Schriften zur Ernährungs- und Verbraucherbildung. Band 6. Universität Paderborn.

**Maier, Marianne (2008):** *Beim Essen Achtsamkeit lernen ... und Körper und Seele in Einklang bringen*. In: TPS Ausgabe 1 2008, S. 23–25.

**Meier-Gräwe, Uta (2009):** *Der tiefgreifende Strukturwandel von Familie und Kindheit – Neue Herausforderungen für Kindertageseinrichtungen*. Deutsches Jugendinstitut Thema 2009/02: Kinderbetreuung zwischen Familie, Kindertagespflege und Kita: neue Zahlen und Entwicklungen.

**Ploeger, Angelika (2009):** *Essen als Sinnes- und Geschmackserlebnis, als Genuss, als Entdeckungsreise für die Sinne*. In: Welt des Kindes, 87. Jahrgang 2009, Heft 1, S. 8–11.

**Pudel, Volker (2008):** *Warum Kinder anders essen, als sie sich ernähren sollten*. In: TPS Ausgabe 1 2008, S. 10–13.

**Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Sport (Hrsg.) (2006):** *Das Berliner Bildungsprogramm für die Bildung, Erziehung und Betreuung von Kindern in Tageseinrichtungen bis zu ihrem Schuleintritt*. Berlin.

**Senatsverwaltung für Bildung, Wissenschaft und Forschung (Hrsg.) (2009):** *Bildung für Berlin. Empfehlungen für die Weiterentwicklung der Kita-Konzeption auf Grundlage des Berliner Bildungsprogramms*. Berlin.

**Statistische Ämter des Bundes und der Länder (Hrsg.) (2011):** *Kindertagesbetreuung regional 2010*. Wiesbaden.



## Arbeitshilfe – „Zukunftswerkstatt Essen und Trinken in der guten gesunden Kita“

Eine Zukunftswerkstatt ist eine aktive und motivierende Methode, mit deren Hilfe Perspektiven für die individuelle und/oder gemeinsame Zukunft entwickelt werden. Die Zukunftswerkstatt hilft, Kritik von Ideen und Lösungsvorschlägen zu trennen und gemeinsam eine Vision zu erarbeiten.

### Rahmenbedingungen

Es empfiehlt sich, einen Verantwortlichen für die Moderation zu benennen. Ein geübter Moderator benötigt für die nachfolgend beschriebene Zukunftswerkstatt „Essen und Trinken in der guten gesunden Kita“ drei Stunden Zeit. Ideal wäre es, für die Durchführung einen Nachmittag mit ausreichend Zeitpuffer zu veranschlagen.

Achten Sie auf eine wertschätzende Atmosphäre. Klären Sie zu Beginn, dass die geäußerte Kritik keine persönliche Kritik darstellt. Vereinbaren Sie „Kommunikationsspielregeln“ – so werden Sie effizienter arbeiten und Ihre Kreativität besser entfalten können.

**Teilnehmer:** Mitglieder des Runden Tisches (mind. fünf Personen, z. B. Leitung, pädagogische Fachkräfte, Küchenfachkräfte, Eltern, Trägervertreter)

**Raum:** Raum mit Platz für Tische und Stühle

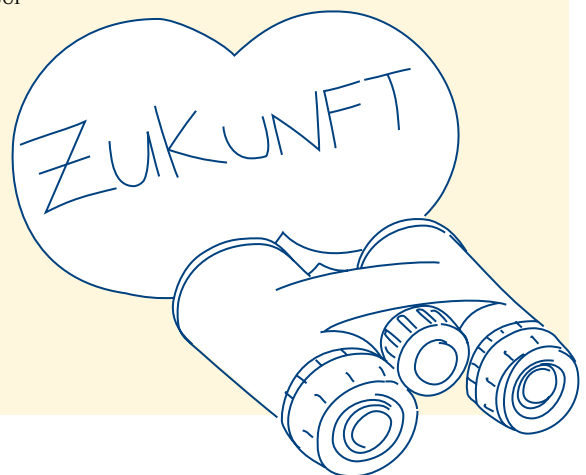
**Zeitaufwand:** 3 Stunden

**Material:** Flipchart oder Pinnwand mit Papier, Zettel oder Moderationskarten, Stifte

### Phase I – „Gesunde Ernährung – Kritik“

Der Moderator bereitet eine Pinnwand oder ein Plakat mit den drei Handlungsfeldern „Verpflegungsangebot“, „Ernährungsbildung“ und „Kommunikation“ vor.

Im ersten Schritt schreibt jeder Teilnehmende in Einzelarbeit seine Kritik zum Thema „Essen und Trinken in Ihrer Kita“ auf Zettel oder Moderationskarten. Je Kritikpunkt wird eine Moderationskarte verwendet. Die Kritikpunkte werden anschließend auf der Pinnwand den Handlungsfeldern „Verpflegungsangebot“, „Ernährungsbildung“ und „Kommunikation“ zugeordnet, angepinnt oder angeklebt und kurz erläutert.



## **Phase II – Phantasie/Utopie „Essen und Trinken in unserer Kita in fünf Jahren“**

Die Moderation regt mit folgender Einführung die Phantasie der Teilnehmenden an: „Stellen Sie sich vor, Sie träumen heute Nacht von der Kita. Sie träumen, es sei heute in fünf Jahren. Was ist anders rund um das Essen und Trinken in der Kita? Welche „Wunder“ sind geschehen? Woran merken Eltern oder andere Besucher, was sich geändert hat?“

In Kleingruppen erarbeiten die Teilnehmenden ihren Traum. Für einen regen Austausch empfiehlt sich eine gute Mischung der Gruppen (Kita-Leitung, Trägervertreter, pädagogische Fachkräfte, Küchenfachkräfte und Eltern). Die Kleingruppen fixieren das Ergebnis schriftlich oder als Bild und stellen im Anschluss den Traum vor.

## **Phase III – Strategie/Umsetzung**

Hier werden die ersten beiden Phasen verknüpft. Die in Phase II gewonnenen Ideen und Konzepte werden jetzt in den Kontext des Alltags gestellt.

## **Abschluss: Unser Traum vom Essen und Trinken in der guten gesunden Kita**

Die Gruppe formuliert eine gemeinsame Vision für „Essen und Trinken in Ihrer Kita“.

Die Ziele, Vorgehensweisen und Ergebnisse fasst abschließend der Moderator noch einmal kurz zusammen. Unter der Überschrift: „Wie geht es weiter?“ wird der zweite Schritt „Transparenz schaffen und Ausgangspunkt bestimmen“ vorbereitet und ein neuer Termin für den Runden Tisch vereinbart.



## Arbeitshilfe „SWOT-Analyse zur Bestimmung der Stärken und Entwicklungsfelder“

SWOT steht für „Strength, Weakness, Opportunities and Threats“, übersetzt „Stärken, Schwächen, Chancen und Risiken/Bedrohungen“. Dies ist eine gute Methode, um die Ergebnisse der Bestandsanalyse (Schritt zwei) zu strukturieren und im Team zu diskutieren. Die SWOT-Analyse bildet sozusagen den roten Faden, um von der Bestandsaufnahme zur Zielentwicklung und Maßnahmenplanung zu gelangen.

**Teilnehmer:** Mitglieder des Runden Tisches

**Raum:** Raum mit Platz für Stühle

**Zeitaufwand:** circa 2 Stunden

**Material:** zwei Flipcharts und Pinnwände mit Papier, Stifte

### Vorbereitung:

Die Kategorien Stärken, Schwächen, Chancen und Risiken der SWOT-Analyse bilden ein Vier-Felder-Schema. Der Moderator legt drei Schemata mit jeweils vier Feldern an, je eins für das Handlungsfeld „Verpflegungsangebot“, „Ernährungsbildung“ und „Kommunikation“.

### Schritt I

In den vier Feldern wird stichwortartig gesammelt: Es werden die Stärken und Schwächen der Ist-Situation des ausgewählten Handlungsfeldes benannt. Der Moderator stellt die Fragen an die Mitglieder des runden Tisches und notiert deren Antworten auf der Pinnwand.

- Stärken: Wo liegen gegenwärtig unsere Stärken, die wir nutzen können?
- Schwächen: Was sind gegenwärtig unsere Schwächen? Was könnte besser laufen?

### Schritt II

Nachdem die Stärken und Schwächen der Ist-Situation erarbeitet und visualisiert wurden, erfolgt in einem zweiten Schritt ein Perspektivwechsel. Jetzt werden die Chancen und Risiken im Hinblick auf die zukünftige Entwicklung des Handlungsfeldes ermittelt.

- Chancen: Welchen günstigen Einflüssen ist unsere Kita bezüglich der Entwicklung um das Thema Essen und Trinken ausgesetzt (gesellschaftliche Entwicklungen, Trends in der Kita oder im regionalen und lokalen Umfeld)?
- Risiken: Welche Risiken oder Bedrohungen sehen wir?

Der Moderator notiert die Antworten auf der Pinnwand.

### Schritt III

Sind die Stärken, Schwächen, Chancen und Risiken erarbeitet, werden für die weitere Entwicklungsplanung die vier Felder in Bezug zueinander gesetzt. Folgende Fragen können die Gruppendiskussion leiten: Wie können wir die Chancen unter Einsatz der Stärken nutzen? Welchen Risiken können wir mit welchen Stärken begegnen? Wo befinden sich unsere Schwächen? Wie lassen sich Schwächen zu Stärken entwickeln? Die Fragen werden in der Gruppe diskutiert und die Ergebnisse vom Moderator visualisiert.

*Tipp:* Das Instrument zur Bestandsaufnahme (siehe S. 40) leitet durch seine Farbgestaltung bereits in die Stärken-Schwächen-Analyse über. Tragen Sie nach der Beantwortung der Fragen innerhalb der einzelnen Handlungsfelder – „Verpflegungsangebot“, „Ernährungsbildung“, „Kommunikation“ – die Ergebnisse aus den Rubriken „Stärken“ (grün) und „Schwächen/potentielle Entwicklungsfelder“ (gelb) in das Arbeitsblatt „Stärken, Schwächen, Chancen und Risiken“ ein.



## Arbeitsblatt: Stärken, Entwicklungsfelder, Chancen und Risiken benennen (SWOT-Analyse)

Handlungsfeld: \_\_\_\_\_

	Stärken	Schwächen
Ist-Situation		
Trends/Umfeldbedingungen	Chancen	Risiken

Weitere Ergebnisse der Diskussion:



## Arbeitsblatt: Maßnahmenplan

Tabellarischer Maßnahmenplan zur Planung und Übersicht der Aktivitäten:

Datum: \_\_\_\_\_ Wirkungsziel: \_\_\_\_\_

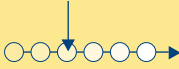
<b>Handlungsziele (SMART)</b>	<b>Maßnahmen/ Aktivitäten/ Interventionen zur Zieler- reichung</b>	<b>Wie verfahren wir? – Aufgabe</b>	<b>Wer ist beteiligt?</b>	<b>Bis wann?</b>	<b>Wie/Woran sehen wir, dass eine Veränderung eingetreten ist? (Reflexion/ Evaluation)</b>



## Arbeitsblatt: Reflexion zum Stand der Maßnahmenumsetzung

Eine strukturierte Übersicht zur Erreichung der Ziele und zur Umsetzung der Maßnahmen hilft, Klarheit über das bereits Erreichte zu schaffen und wertzuschätzen sowie über noch nicht Gelungenes nachzudenken und daran weiterzuarbeiten.

Nutzen Sie zur Reflexion auch Ihre erstellten Planungsdokumente, z. B. „Maßnahmenplan“. Achtung: Nicht vergessen, neue Vereinbarungen schriftlich festzuhalten!

Unsere Ziele,	geplante Maßnahmen,	so weit sind wir gekommen, 	sichtbare Veränderungen/ erreichte Wirkungen,	noch nicht Gelungenes,	... und so soll es weitergehen! <small>(Die Reflexion führt zu folgenden neuen Vereinbarungen.)</small>

Die Reflexion und Überprüfung unseres Entwicklungsprozesses zum Thema „Essen und Trinken in der guten gesunden Kita“ führt zu folgenden Vereinbarungen für die weiteren Entwicklungsprozesse unserer Kita:

Datum \_\_\_\_\_

Unterschriften der Fachkräfte \_\_\_\_\_





## Weitere Informationen erhalten Sie bei der Vernetzungsstelle Schulverpflegung Berlin e. V.:

mail@vernetzungsstelle-berlin.de  
www.vernetzungsstelle-berlin.de

## Adressen

### AOK Nordost – Die Gesundheitskasse

14467 Potsdam  
Telefon + 49 800 265 0800  
www.aok.de/nordost/  
service@nordost.aok.de

### Bertelsmann Stiftung

Carl-Bertelsmann Str. 256  
33311 Gütersloh  
Telefon +49 52 41 81-0  
Telefax +49 52 41 81 81-999  
www.bertelsmann-stiftung.de  
info@bertelsmann-stiftung.de

### Vernetzungsstelle Schulverpflegung Berlin e. V.

Bernhard-Weiß-Str. 6  
10178 Berlin  
Telefon +49 30 9 02 27-5455  
www.vernetzungsstelle-berlin.de  
mail@vernetzungsstelle-berlin.de

## Impressum

### © 2012

AOK Nordost – Die Gesundheitskasse  
Bertelsmann Stiftung, Gütersloh  
Vernetzungsstelle Schulver-  
pflegung Berlin e. V.

### Projektleitung und Redaktion

Andrea Engelhardt,  
Bertelsmann Stiftung

Dr. Katharina Graffmann-Weschke,  
AOK Nordost – Die Gesundheitskasse

Sabine Schulz-Greve, Vernetzungs-  
stelle Schulverpflegung Berlin e. V.

### Konzeption der Publikation und Text

Karola Schulte, Berlin  
www.karola-schulte.de

### Wissenschaftliche Projektbeauftragte

Dorle Grünewald-Funk  
Diplom-Oecotrophologin, Autorin  
www.gruenewald-funk.de

### Beratung

Gabi Jung, Gesundheitsförderung/  
Systemisches Management  
Beratung, Coaching und  
Organisationsentwicklung  
www.gabijung.de

### Lektorat

Antje Glimmann M. A., scout P.  
Rheda-Wiedenbrück

### Illustrationen

Ines Meyer, Gütersloh

### Grafik, Design, Konzept

werkzwei, Detmold

### Druck

Topp + Möller, Detmold

### Adresse

Bertelsmann Stiftung  
Carl-Bertelsmann-Str. 256  
33311 Gütersloh  
Telefon +49 5241 81-0  
Telefax +49 5241 81-81999

### Online

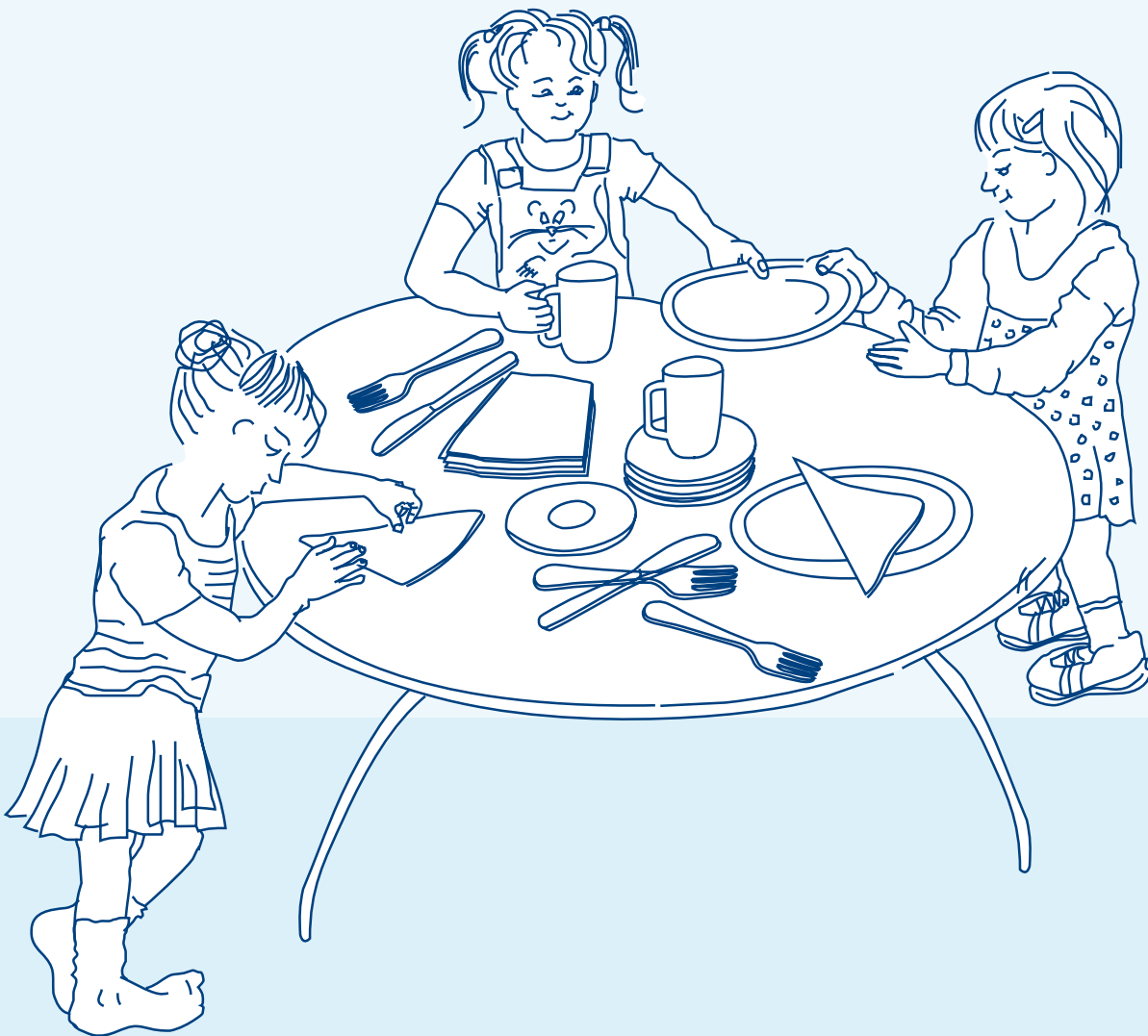
www.bertelsmann-stiftung.de

### E-Mail

info@bertelsmann-stiftung.de



## Handlungsempfehlungen für Kindertageseinrichtungen und Kita-Träger



# Handlungsempfehlungen für Kindertageseinrichtungen und Kita-

## Ein gesundheitsförderliches Verpflegungsangebot sowie Ernährungsbildung sind Bestandteile von Kita-Qualität

Die folgenden Empfehlungen sollen zum Dialog über die Handlungsmöglichkeiten zur Weiterentwicklung der Verpflegungsqualität und Ernährungsbildung in Kindertageseinrichtungen anregen.

Die Handlungsempfehlungen richten sich an Leitungen, pädagogische Fachkräfte und Küchenfachkräfte genauso wie an Träger von Kindertageseinrichtungen. Sie alle tragen dazu bei, dass Kinder eine gesunde Verpflegung in der Kita und vielfältige Gelegenheiten zur Ausbildung ihrer Kompetenzen und Fähigkeiten für die Entwicklung eines gesundheitsförderlichen Lebensstils erhalten.

### Empfehlungen für die Akteure in Kindertageseinrichtungen

#### Achtsam kommunizieren – oder „Die Allgegenwart der Kommunikation“

Zuhören, Sprechen, Gestik, Mimik, Handeln oder auch Nichthandeln, alles ist – bewusst und unbewusst – Kommunikation. Kommunizieren Sie achtsam und reflektieren Sie ihre Haltungen und Handlungen zum Thema „Essen und Trinken in der Kita“.

Fördern Sie positive Erfahrungen der Kindern beim Essen und Ausprobieren.

#### Nutzen Sie die Bildungschance – oder „Nicht predigen – handeln“

Nutzen Sie zur Ernährungsbildung einen erlebnis- und handlungsorientierten Ansatz, der Kinder bei der Entwicklung zur eigenverantwortlichen und gemeinschaftsfähigen Persönlichkeit unterstützt. Dies lenkt die Aufmerksamkeit und die forschende Neugier der Kinder auf eine gesundheitsförderliche Lebensmittelauswahl. Unterstützen Sie Kinder bei Ihren Lernerfahrungen, in dem Sie

- Kinder beobachten und auf ihre individuellen Interessen und Themen eingehen,
- Ess-Situationen als Lernsituationen verstehen und pädagogisch nutzen,
- ermutigen und Gelegenheit zur Beteiligung geben (z. B. Essenszubereitung, Gestaltung von Ess-Situationen),
- Tagesstrukturen schaffen, die die Selbstständigkeit der Kinder im Umgang mit Lebensmitteln und Mahlzeiten fördern,
- geeignete Medien und Materialien zur praktischen Ernährungsbildung einsetzen und

- selbst an den Mahlzeiten in der Kita teilnehmen und Kindern darüber das Essen von z. B. Obst und Gemüse schmackhaft machen.

#### Gemeinsames Verständnis entwickeln – oder „Zusammen sind wir stark“

Entwickeln Sie mit Ihrem Team, dem Träger und Eltern ein gemeinsames Verständnis von einem gesundheitsförderlichen Verpflegungsangebot und ganzheitlicher Ernährungsbildung in Ihrer Kita. Als Grundlage dienen der

- Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V.,
- Bildungsprogramme der Länder,
- trägerspezifische Vorgaben sowie vertragliche Festlegungen sowie rechtliche und finanzielle Rahmenbedingungen ihrer Einrichtung.

Beachten Sie zudem kulturelle und regionale Besonderheiten.

#### Dialogkultur zwischen allen Beteiligten intensivieren – oder „Alle ins Boot holen“

Treffen Sie sich regelmäßig zum Austausch. Schaffen Sie feste Kommunikationsstrukturen für einen kontinuierlichen Dialog über das Verpflegungsangebot und die Ernährungsbildung zwischen Kindern, Eltern, pädagogischen Fachkräften, der Kita-Leitung, den Küchenkräften (oder Caterer) und dem Träger ihrer Einrichtung.

## Kontinuierliche Weiterentwicklung des Verpflegungsangebotes und der Ernährungsbildung – oder „Bleiben Sie am Ball“

Verzichten Sie auf kurzfristige Einzelaktionen. Entwickeln Sie die Qualität des Verpflegungsangebots und der Ernährungsbildung fortlaufend und langfristig. Diese Weiterentwicklung findet Verankerung in der Kita-Konzeption und beinhaltet Maßnahmen zur Qualitätssicherung, beispielsweise regelmäßige Speiseplananalysen.

### Empfehlungen an Träger von Kindertageseinrichtungen:

#### Handlungsrahmen für ein gesundheitsförderliches Verpflegungsangebot schaffen – oder „Garantieren Sie gute Voraussetzungen“

- Ein gesundheitsförderliches Verpflegungsangebot sowie ganzheitliche Ernährungsbildung sind Bestandteile von Kita-Qualität. Definieren Sie diese als Ziele Ihrer trägerweiten Qualitätsentwicklung.
- Sichern Sie die Qualität einer gesundheitsförderlichen Verpflegung in den Kitas durch Bereitstellung der erforderlichen Strukturen. Hierzu gehören ausreichende personelle, finanzielle und räumliche Ressourcen.
- Verdeutlichen Sie die Finanzierungsstrukturen des Verpflegungsangebots gegenüber den Kita-Leitungen und Mitarbeitern, damit realistische Erwartungen und Sicherheit in der Kommunikation, z. B. mit Eltern, entstehen können.
- Schaffen Sie sinnvolle Strukturen zur Qualitätssicherung des Verpflegungsangebotes.
- Regeln Sie die Teilnahme der pädagogischen Fachkräfte an den Mahlzeiten als Teil des pädagogischen Auftrags – also als Arbeitszeit.
- Beteiligen Sie die Kitas rechtzeitig bei der Entscheidung für ein Verpflegungssystem.

#### Kontinuierliche Weiterentwicklung praktisch unterstützen – oder „Seien Sie dabei“

Unterstützen Sie Ihre Kitas in allen Aspekten der Qualitätsentwicklung:

- Beteiligen Sie sich als Träger(vertreterinnen) aktiv am partizipativen Dialog zur Weiterentwicklung der Verpflegungsqualität und Ernährungsbildung in Ihren Kitas.

## Professionalisierung stärken – oder „Fördern und fordern“

Eine fachlich fundierte Aus- und kontinuierliche Fortbildung sind die Basis der qualitätsorientierten Arbeit in der Kita. Fördern und fordern Sie als Team die Weiterbildung bei anerkannten Fortbildnern rund um das Thema „Essen und Trinken in der Kita“ in den für Sie wichtigen Handlungsfeldern (ein).

- Beraten Sie Ihre Kitas fachlich fundiert bei der Umsetzung des DGE-Qualitätsstandard und weiteren relevanten Themen, z.B. beim Beschwerdemanagement.
- Gestalten Sie gemeinsam mit den Leitungen und Mitarbeitern Möglichkeiten zum regelmäßigen fachlichen Austausch, zum Beispiel durch Werkstattgespräche, Hospitationen etc.
- Sind Sie Träger von selbstkochenden Kitas oder Trägereckchen, prüfen Sie die Möglichkeiten, zentral einzukaufen, um durch den Kauf von Großbinden die Wareneinsatzkosten und den zeitlichen Aufwand der Einzel-Kita zu senken. Gehen Sie mit den betroffenen Einrichtungen in den Dialog und wägen Sie Vor- und Nachteile für die Kita gemeinsam ab.

#### Professionalisierung der Mitarbeiterinnen auf allen Ebenen sichern – oder „Fördern und fordern“

Sorgen Sie für eine ausreichende Qualifikation auf Seiten des Trägers, um fachlich fundierte Entscheidungen treffen bzw. Beratungen durchführen zu können.

Fördern und finanzieren Sie die Weiterbildung der Kita-Leitung, der pädagogischen Fachkräfte und der Küchenfachkräfte bei anerkannten Fortbildnern. Geeignete Weiterbildungsthemen sind:

- gesundheitsförderliches Verpflegungsangebot auf Basis des DGE-Qualitätsstandards,
- handlungsorientierte Ernährungsbildung,
- Moderation von Veränderungsprozessen,
- Kommunikation und Partizipation und
- Mitarbeiterführung.



**Kitas bewegen**  
für die gute gesunde Kita



**Vernetzungsstelle  
Schulverpflegung**  
Berlin e.V.

| BertelsmannStiftung