



## Essenskonzept

### 1. Werte und Normen

Essen ist eine soziale Angelegenheit: Es stärkt das „Wir-Gefühl“ in der Gruppe und bietet Möglichkeiten zu teilen, Rücksicht zu nehmen, zu beobachten, Bedürfnisse anzubringen, zu warten, Kontakte zu knüpfen, zu erzählen und zuzuhören.

Die Erwachsenen verhalten sich vorbildlich, um ein natürliches und ungezwungenes Essverhalten der Kinder zu fördern. Wir motivieren die Kinder spielerisch die verschiedenen Nahrungsmittel auszuprobieren. Niemals wird ein Kind zum Essen gezwungen. Jedes Kind darf dem Alter und Fähigkeiten entsprechend das Essen und Trinken selbstständig schöpfen und einschenken. Die Hygiene der Menschen und Materialien ist uns ein grosses Anliegen und gewährleisten wir jeder Zeit.

Die Kinder werden, wenn möglich in die Herstellung von Mahlzeiten miteinbezogen, entweder auf den Gruppen oder in der Küche, damit sie einen natürlichen Bezug dazu erhalten.

Mit genügendem und passendem Material wie Lätze, Geschirr, Besteck und Sitzgelegenheiten können die Kinder altersentsprechend und optimal begleitet werden. Wir unterstützen die Kinder zum Wechsel vom Schoppen zum Schnabelbecher oder vom Becher zum Glas.

### 2. Leitsätze

Uns ist wichtig dass ...

- eine kommunikative, angenehme und vertrauensvolle Atmosphäre herrscht.
- die Kinder die Essensituation als entspannt wahrnehmen, sich wohlfühlen und sie mit einem positiven Gefühl beenden.
- die Kinder gesättigt vom Tisch gehen.
- die Kinder den Umgang mit Lebensmitteln lernen und wissen woher sie kommen.
- die Kinder Selbstständigkeit erlangen.
- wir allen Kindern Aufmerksamkeit schenken.
- die Kinder genügend Zeit haben um zu essen.
- die Fachpersonen ihre Vorbildfunktion vorleben.

### **3. Ernährung**

Wir legen grossen Wert auf eine leichte, ausgewogene und vielseitige Ernährung, die viel Salat, Gemüse, Früchte und auch Vollkornprodukte enthält. Die gesunden und frischen Lebensmittel werden schonend zubereitet. Die Menüplanung richtet sich vorwiegend nach den saisonalen Angeboten der Schweizer Produkte. Inländische Lebensmittel werden den ausländischen vorgezogen. Tierische Lebensmittel werden ausschliesslich aus Schweizer Produktion bezogen. Fleisch und Fisch bieten wir zweimal pro Woche an, ansonsten bereichern vegetarische Menüs unsere Esstische. So leisten wir zudem einen Beitrag an den Umweltschutz. Fertigprodukte werden in der Regel nicht angeboten, auch Teig und Brot werden nach Möglichkeit selber hergestellt.

Die Zwischenmahlzeiten sind abwechslungsreich und werden auf das Mittagmenü abgestimmt. Pro Woche gibt es in der Regel nicht mehr als 1-2 süsse Zvieri.

Die Eltern bringen für ihr Geburtstagskind ein Zvieri oder Znüni mit.

### **4. Angebot**

Wir bieten ein Frühstück im Frühdienst, ein Mittagessen und Zwischenmahlzeiten am Vormittag und Nachmittag zu fixen Zeiten an. Früchte, Brot o.ä., ungesüssten Tee und Wasser stehen jeder Zeit zur Verfügung. Die Kindergartenkinder essen gemeinsam am Mittagstisch.

Die Eltern müssen und sollen keine Lebensmittel und Getränke für ihre Kinder mitbringen.

Auf die religiös- oder allergiebedingten Diäten der Kinder gehen wir ein und bieten ihnen alternative Verpflegungsmöglichkeiten an.

### **5. Kleinkinder bis 24 Monate**

Säuglinge erhalten die Mahlzeiten nach Bedarf und in Absprache mit den Eltern. Wir verabreichen den Jüngsten wenn immer möglich in einem ruhigen und angemessenen Rahmen die Milch- oder Breimahlzeiten. Dabei nehmen wir die Kinder ihrem Entwicklungsstand entsprechend in den Arm, auf den Schoss oder in einen Hochstuhl.

Die Köchin bereitet verschiedene Breie vor, die schonend zubereitet und in kleinen Portionen eingefroren werden. In Absprache mit den Eltern bestimmen wir die Konsistenz und den Inhalt des Breies. Die Milchmahlzeiten werden frisch und hygienisch einwandfrei in der Regel nach Verpackungsanleitung zubereitet.