

Essen und Ernährung

Frühstück

Die ausgewogene Ernährung hat in unserer Einrichtung einen wichtigen Stellenwert. Dies ist uns auch für unsere Jüngsten, in der Krippe, wichtig;

Dort wird täglich von den pädagogischen Fachkräften ein Frühstück für die Kinder zubereitet. Wir bieten dabei z.B. Vollwertbrot, Frischkäse, Müsli, Joghurt, Quark, saisonales Gemüse und Obst im Wechsel an. Die Kinder haben mit diesem Angebot die Möglichkeit von Anfang an sensibel für verschiedene Geschmacksrichtungen zu werden und eine Offenheit für vielfältige Nahrungsmittel zu bekommen.

Im Gegensatz zu den Regelgruppen (3-6 Jahre), frühstücken die Krippenkinder jeden Tag gemeinsam.

Mittagessen

Seit 2008 bieten wir Ihren Kindern täglich eine warme Mahlzeit an. Diese wird jeden Tag frisch zubereitet. Auch für die Kleinsten werden die Mahlzeiten altersgemäß angeboten, das heißt, dass die Speisen nur wenig gewürzt und je nach Alter püriert werden.

Dabei achten wir sehr darauf, dass die Kinder in angenehmer Atmosphäre genügend Zeit für ihre Mahlzeit haben. Alle Kinder werden aufgefordert, jedes Essen zu probieren, auch wenn sie sich unsicher sind ob es schmecken könnte.

Wir legen sehr viel Wert auf eine ausgewogene Ernährung, was bedeutet, dass Getreide, Fleisch, Fisch, Gemüse, Obst und Milchprodukte in einem gesunden Verhältnis (zueinander) angeboten werden. Außerdem verwenden wir viele Vollkornprodukte.

Wir möchten darauf hinweisen, dass ALLE Speisen frisch zubereitet werden. Dazu gehören auch Saucen, süße und herzhaft Quarkspeisen, Brot, Joghurt mit Früchten, Nachspeisen, Pesti, Eintöpfe, Pizzateig, vegetarische Bratlinge, Suppen. Dabei wird

auf Gewürzzubereitungen, die Geschmackverstärker beinhalten, und auf „Fertigwürze“ verzichtet.

Grundsätzlich werden alle Milchprodukte und Eier aus biologischem Anbau bezogen und auch, soweit der Etat es zulässt, Gemüse, Obst, Gewürze und Kartoffeln, Teigwaren und Backzutaten.

Frau Nolte, unsere Köchin, nimmt regelmäßig an Fortbildungen teil, um stetig neueste Erkenntnisse zu erfahren, Tipps und Anregungen zu bekommen, die die Ernährung in unserem Hause optimieren können.

Fertigprodukte wie Fischstäbchen, Pommes und Hähnchen - Nuggets werden nur in Ausnahmesituationen angeboten.

Nach der Ruhezeit nehmen die Krippenkinder eine gemeinsame Obstmahlzeit ein.

Zu den Mahlzeiten bieten wir den Kindern Mineralwasser (mit und ohne Kohlensäure), Milch und ungesüßten Tee an.