



KITA TALGUT ZENTRUM

SPIELEN - BEWEGEN - ENTFALTEN

Ernährungskonzept Kita Talgutzentrum

April 2021

1.2 Essen und Trinken

Wir legen Wert auf gesundes, ausgewogenes, saisonales und frisches Essen. Speisen, welche viel Zucker und Fett enthalten wird im Mass aufgetischt. Durch eine entsprechende Atmosphäre bieten wir eine Umgebung, um das Gesellschaftlich anerkannte Essen zu üben. Dies machen wir in erster Linie dadurch, dass jeder Mitarbeiter seine Vorbildfunktion wahrnimmt. Jedes Kind kann entsprechend seinen Fähigkeiten selber schöpfen und selber einschenken oder wird dementsprechend begleitet. Beim Essen werden alle fünf Sinne angesprochen. Wenn ein Kind etwas nicht essen mag, ermuntern wir es zum Probieren. Dabei soll auch Platz zum Experimentieren sein und die Kinder sollen in gezielten Sequenzen in die Zubereitung mit einbezogen werden.

Wir bieten ein Frühstück, Znüni, Mittagessen und Zvieri an. Die Mittagsverpflegung wird durch das Küchenpersonal des angrenzenden „Haus des Sports“ gewährleistet. Für die Zwischenmalzeiten sind die Mitarbeiter verantwortlich. Die Gemüse- und Früchtebreie werden von den Eltern mitgebracht. Wenn ein Kind nichts essen möchte, akzeptieren wir dies und informieren die Eltern darüber. Um eine ruhige und wertschätzende Atmosphäre zu schaffen, beziehen wir die Kinder in das Tischdecken, Tisch abräumen mit ein.

Damit die Kinder genügend trinken, ist ihnen der Zugang zu Wasser oder ungesüsstem Tee jederzeit zugänglich.

1.3 Stillen/Schoppen

Die Eltern bringen die Babynahrung, Schoppenpulver und Schoppen selbst mit. Es besteht zudem die Möglichkeit, dass wir den Säuglingen abgepumpte Muttermilch geben. Mütter, welche ihre Kinder noch stillen, stellen wir einen ruhigen Platz zur Verfügung.

Kinder möchten:

- Ohne Zwang und Druck essen
- Selber schöpfen oder- wenn das Essen geschöpft wird- selber bestimmen können, wieviel sie essen mögen
- Mithelfen beim Einkaufen und Kochen

Bedenken:

√ Während des Essens werden keine erzieherischen Massnahmen ausgesprochen, mit Ausnahme von Ermahnungen, welche sich auf die Tischsituation beziehen

√ Geregelte und gesunde Mahlzeiten und Zwischenmahlzeiten

