

Gesunde und abwechslungsreiche Ernährung ist uns wichtig!



Frühstück

Jedes Kind bringt sein Frühstück mit, dies besteht aus einem Brot, Müsli oder Joghurt und Obst oder Gemüse. Zum Frühstück werden von uns Milch, Mineralwasser und ungesüßter Tee bereitgestellt.

Ungefähr einmal im Monat wird von uns ein gemeinsames Frühstück auf Gruppenebene vorbereitet. Hier helfen die Kinder aktiv mit. Sie schneiden Obst und Gemüse, belegen die Brote oder rühren eine Speise an.

All das stärkt das Vertrauen der Kinder in die eigenen Fähigkeiten.

Beim selbstständigen Zubereiten der Speisen sollen die Neugierde und der Appetit angeregt werden.

Das bieten wir an – Das gibt es bei uns:

Mittagessen

Unser Mittagessen wird von der Großküche mit EU-Zulassung der „Wittekindshof Diakonische Dienstleistungsbetriebe“ angeliefert.

In Absprache mit dem Dienstleister erstellen wir im Voraus für den kommenden Monat die jeweiligen Speisepläne. Dabei achten wir auf eine **ausgewogene Ernährung** und orientieren uns am Geschmack der Kinder. Die Speisepläne hängen wochenweise im Eingangsbereich der jeweiligen Gruppen aus. Zu dieser Mahlzeit stellen wir für die Kinder Mineralwasser bereit.

Nachmittagsnack

Am Nachmittag gibt es für die Tageskinder Obst der Saison. Bei gutem Wetter findet die Mahlzeit im Freien statt.

Übrigens: Für unsere Kinder steht den ganzen Tag Mineralwasser zur Verfügung.



Unser Familienzentrum Spatzennest stellt sich vor



Mahlzeiten

Gemeinsam schmeckt es am besten



Gemeinsame Mahlzeiten in einer gemütlichen Atmosphäre

Gemeinsame Mahlzeiten haben einen hohen Stellenwert im Spatzennest, denn:

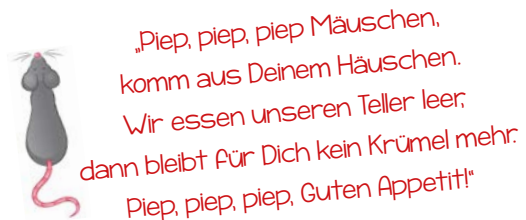
- Essen ist ein Genuss
- Essen ist Lust
- Essen soll das Wohlbefinden stärken
- Essen soll Spaß machen
- Essen soll die Sinne ansprechen.

Bei uns werden drei Mahlzeiten in einer gemütlichen Atmosphäre gemeinsam eingenommen. Dabei stehen uns die Gruppenräume sowie das Kinderrestaurant zur Verfügung.



Rituale geben Kindern Sicherheit

Vor unseren gemeinsamen Mahlzeiten legen wir besonders viel Wert auf Rituale und bestimmte, wiederkehrende Abläufe, wie z.B. einen Tischspruch oder ein Lied.



Jedes Kind kann seinem Entwicklungsstand entsprechend selbst sein Essen auffüllen und sein Getränk eingießen und selbst entscheiden, ob, was und wie viel es isst.

Die pädagogische Fachkraft ermuntert die Kinder durch aufmerksame Zuwendung, auch unbekannte Speisen zu probieren.

Auch beim Tisch Ein- und Abdecken beteiligen wir die Kinder, so wird die Selbstständigkeit gefördert, das Selbstwertgefühl gesteigert und die Tischordnung erlernt.

Wir legen viel Wert auf Partizipation

Bei unseren Mahlzeiten erfahren die Kinder Gemeinschaftssinn, Esskultur und eine angenehme, familienähnliche Atmosphäre.

Der zeitliche Rahmen für die Mahlzeiten ist so geregelt, dass die Kinder ausreichend Zeit haben, um in ihrem individuellen Tempo zu essen.

Je nach Projekten/Jahreszeiten wird mit den Kindern gemeinsam gebacken und gekocht.

Der Umgang mit diversen Lebensmitteln schult die Wahrnehmung für Form, Farbe, Geruch und Geschmack.

Nebenbei lernen die Kinder mit Küchenwerkzeug umzugehen, dies schult ihre Motorik ebenso wie ihre Selbstständigkeit.

Auch das Einhalten von Hygieneregeln hat bei uns besondere Priorität.

