

## Orientierungsplan: Mittagessen in Kita und Schule – Übergänge gut gestalten\*

### Ist-Situation

Kita

#### Organisation der Verpflegung

- Verankerung der Verpflegung im pädagogischen Konzept überwiegt
  - Essen gehört zum gelebten Alltag
- Alle Verpflegungssysteme vertreten (**Warmverpflegung**, Mischküche, Tiefkühlsystem, Cook & Chill)
- In der Regel 1 Essensangebot
- Krippen- und Kitagruppen essen zu unterschiedlichen Zeiten

#### Ausgabe und Verzehr des Mittagessens

- Fester Beginn mit bedürfnisorientiertem Essenszeitraum
- Essen in Tischgemeinschaften und überwiegend gleichbleibenden Gruppen
- Kindergerechte Servierform: Schüsselsystem zur Selbstbedienung überwiegt
- Vertraute Essumgebung (Speise- oder Gruppenraum, Kinderrestaurant etc. )
- Begleitende Rituale üblich (z. B. Händewaschen, Tischspruch/ -gebet)
- Kindergerechte Tischgestaltung

#### Rahmenbedingungen

- Kindergerechtes Mobiliar
- Getränkeangebot durch Kita organisiert
- In der Regel persönliche Nähe zur Küchenkraft – Küchenmitarbeitende sind Teil der Kita
- Regeln zum Umgang mit Naschereien sind üblich
- Pädagogische Bildungsanlässe rund um Essen und Trinken im Jahresverlauf
- Direkte Austauschmöglichkeit mit Eltern über das Speisenangebot

#### Begleitung beim Mittagessen

- Vertraute Betreuungskräfte begleiten den Mittagstisch und essen üblicherweise mit („pädagogischer Happen“)
- Einhaltung von Tischregeln
- Vielschichtige Ernährungsbildungsanlässe (z. B. Essen als Gesprächsthema)
- Spielzeugfreie, auf die Mahlzeit konzentrierte Zeit
- Beachtung körpereigener Signale möglich

Schule

#### Organisation der Verpflegung

- Sehr unterschiedliche Organisationsformen der Schulverpflegung
- Verankerung im Schulkonzept eher selten
- Häufig Trennung der Verantwortlichkeiten zwischen Schule und Ganzttag (anderer Träger)
- Alle Verpflegungssysteme vertreten (**Warmverpflegung**, Mischküche, Cook & Chill, Cook & Freeze)
- In der Regel ein bis zwei Menülinien zur Auswahl

#### Ausgabe der Verpflegung

- Getaktete Zeiten (Stunden, Pausen)
- Häufig zu kurze Mittagspausen (Essen in Eile)
- Essen in der Mensa - einem unbekanntem (evtl. großen) Raum, der i. d. R. funktional gestaltet ist
- Bei fehlender Mensa, Essen im Klassenraum o.a.
- Essen mit vielen und ggf. älteren Kindern
- Zum Essen holen in der Schlange stehen
- Ausgabesituation (Tablettsystem oder Schüsselsystem)
- Ansprache des Mensapersonals erforderlich, um gewünschte Komponenten/ Mengen zu erhalten

#### Rahmenbedingungen

- Mehr Freiheiten (zwischendurch Essen, Naschen etc.)
- Orientierung an wesentlich älteren Kindern evtl. möglich
- Bestellmöglichkeit des Essens sehr unterschiedlich (online, monatlich im Voraus bis täglich, Auswahl vor Ort, einheitliches Menü)
- **Empfehlungen** der Kultusminister-Konferenz (KMK) zur Umsetzung gesundheitsbezogener Ernährungsbildung sind vorhanden, aber nicht verpflichtend

#### Begleitung beim Mittagessen

- Meist wird im Klassenverband oder der Betreuungsgruppe gegessen
- Für die Begleitung beim Essens sollte ein päd. Konzept vorliegen
  - Päd. Kräfte sind ein Vorbild beim Essen



## Herausforderungen für das Kind

Kita

- „Keine“ oder aber kindergerechte Einbindung der kleinen Tischgäste durch Lernimpulse zur Entwicklung von Alltags- und Ernährungskompetenzen, wie z. B.:
  - Mithelfen beim Tischdecken/ -abräumen
  - Selbständiges Wählen und Auftun der Speisen(-komponenten)
  - Kennenlernen neuer, unbekannter Lebensmittel und Speisen
  - Gestaltung der Tischdeko
  - Hygieneregeln kennenlernen, ...

Schule

- Tablett tragen können
- „Tischmanieren“
- Geduldig sein, wenn man z. B. anstehen muss
- Sich trauen, zu fragen, wenn Dinge unklar sind
- Hygieneregeln kennen
- Essen mit fremden Kindern am Tisch



### Wünsche an „Schule“

- Begleitetes Essen auch in der Schulmensa (zumindest 1. Klasse) – mit ausreichend Zeit
- Gewohnte Servierform übernehmen
- Eingübte Regeln und Rituale aus der Kita übernehmen bzw. weiterführen
- Schnuppertag/e in der Grundschule mit Besuch und Probeessen in der Mensa
- Ansprechende, altersgerechte Essräume
- Kindgerechtes Mobiliar (v. a. Höhe)
- Qualitativ hochwertige, kindergerechte Essensangebote

### Wünsche an „Kita“

- Unterschiedliche Lebensmittel kennen (Ernährungskompetenzen)
  - Zum Probieren ermuntern
  - Klare Regeln und Einhaltung der Regeln (z. B. mit Essen wird nicht geworfen, keine Abwertung von Lebensmitteln oder anderen Ernährungsgewohnheiten)
  - Schnuppertage der Kita-Kinder in der Schule

### Wünsche an „Kita“

- „Essen wie die Großen“ einüben
- Tablett-Training im Vorschulprogramm verankern
- Pädagogisches Personal ist sich seiner Vorbildfunktion und der Chance bewusst, die der Lernort Mahlzeit bietet
- Kindgerechte Essensangebote bezogen auf Hauptmahlzeiten und Zwischenverpflegung
- Etablierung fairer Ernährungsumgebungen, die allen das Mitessen ermöglichen
  - Freier Zugang zu Getränken während der Betreuungszeit
  - ...

### Wünsche an „Schule“

- Ausreichend Zeit zum Essen einplanen
- Ansprechende, altersgerechte Mensa
- Kindgerechtes Mobiliar (v.a. Höhe)
- Alle können am Essen teilnehmen
- Ausreichend Betreuungspersonal
- Kindgerechtes Essenangebot mit wählbaren einzelnen Komponenten
- Förderung eines respektvollen Miteinanders und Spaß beim Essen
- Einführung aller Eltern und Kinder in den gesamten Mensa-Ablauf
- Freundliche Ansprache durch Mensapersonal
- Kinder dürfen Portionsgrößen mitbestimmen und z. B. nachnehmen wenn vorher nur Probierportion
- Klare Regeln und Einhaltung der Regeln

Kita

Schule

## Wünsche für ein gutes Gelingen

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

Ein Gemeinschaftsprojekt der  
Vernetzungsstellen Kita- und  
Schulverpflegung Niedersachsen

verbraucherzentrale

Niedersachsen



Deutsche Gesellschaft  
für Ernährung e.V.