

# Zu selten Gemüse und ein Überangebot an Fleisch

## Auswertung gibt Einblick in Niedersachsens Kitaverpflegung

**Bei der Erfüllung des DGE-Qualitätsstandards für Verpflegung in Kitas ist noch Luft nach oben: Zum Mittagessen gibt es zu selten Gemüse, dafür aber ein deutliches Überangebot an Fleisch. Zu diesem Ergebnis kommt eine repräsentative Auswertung von Kita-Speiseplänen der Vernetzungsstelle Kitaverpflegung der Verbraucherzentrale Niedersachsen. Insgesamt 414 niedersächsische Wochenspeisepläne wurden hierfür unter die Lupe genommen. Ergänzend zu einer [Umfrage aus 2023](#) geben die Ergebnisse einen vertiefenden Einblick in den Essalltag von Krippe und Kindergarten.**

„Mit der Kitaverpflegung soll das gesundheitsbewusste Essverhalten gefördert und Kinder sollen mit essentiellen Nährstoffen versorgt werden“, sagt Tanja Bolm, Leiterin der Vernetzungsstelle Kitaverpflegung, und erklärt: „Zum Mittagessen gehören daher mehrere Komponenten. Gekochtes Gemüse oder Rohkost beziehungsweise Salat, eine Stärkebeilage wie Getreideprodukte oder Kartoffeln sowie ein Getränk sollten dabei täglich im Angebot sein.“

So formuliert es auch der DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas, der unter anderem für Wochenspeisepläne konkrete Empfehlungen zu Häufigkeiten von Lebensmittelgruppen gibt. „Einige dieser Gruppen sind täglich vorgesehen, für andere gibt es wiederum Maximal- oder Minimalvorgaben“, so Bolm. Maximalwerte gelten beispielsweise für Fleisch, Wurstwaren und Kartoffelerzeugnisse.

### Tägliche Gemüsekomponente fehlt bei süßem Hauptgericht

Gerade einer dieser Werte wird jedoch laut Auswertung der Vernetzungsstelle in vielen niedersächsischen Kitas derzeit überschritten. „55,6 Prozent der Wochenpläne haben mit Fleisch an zwei bis fünf Tagen ein deutliches Überangebot“, berichtet die Expertin. Bei den Maximalwerten für Kartoffelerzeugnisse hingegen erfüllen fast alle Speisepläne der Kitas (94 Prozent) die Anforderungen.

Was indessen häufiger auf dem Tisch stehen könnte, ist Gemüse: 42,8 Prozent der untersuchten Wochenspeisepläne decken den täglichen Bedarf ab – mehr als die Hälfte jedoch nicht. „Bei Durchsicht der Pläne ist aufgefallen, dass an Tagen, an denen es ein süßes Hauptgericht gibt, die Gemüsekomponente in 71,9 Prozent der Fälle ganz fehlt“, merkt Bolm an. Stattdessen gibt es zum Teil zusätzlich ein süßes Dessert wie beispielsweise Früchtejoghurt im Nachgang zu Vanillemilchreis mit Kirschkompott.

### Kitavernetzungsstelle rät: Mittagsverpflegung regelmäßig selbst überprüfen

Neben einer kostenfreien, umfangreichen Fachberatung zum Verpflegungsangebot bietet das Team der Kitavernetzungsstelle allen Einrichtungen sowie Essenslieferanten in Niedersachsen einen [kostenfreien Speiseplan-Check](#) an. Zudem können Kitas vorhandene Checklisten nutzen, um ihre Mittagsverpflegung regelmäßig selbst zu überprüfen. So können beispielsweise Lücken und Ansätze zur Optimierung des Speiseplans aufgedeckt werden.

Darüber hinaus empfiehlt die Vernetzungsstelle Kitaverpflegung eine klare Kennzeichnung im Speiseplan. „Den Mahlzeiten fehlt immer wieder eine eindeutige Bezeichnung. Bei Fantasienamen wie Wikingersuppe können Erziehungsberechtigte und Kinder nicht unbedingt wissen, was genau sich dahinter verbirgt“, so Bolm. Gleiches gelte auch für regional typische Speisen, die nicht jeder kennt oder versteht. Eine klare Kennzeichnung hingegen schaffe mehr Transparenz.

Eine Zusammenfassung der gesamten Auswertung finden Interessierte unter [www.kitavernetzungsstelle-niedersachsen.de/zahlen-daten-fakten](http://www.kitavernetzungsstelle-niedersachsen.de/zahlen-daten-fakten)

Quelle: [Verbraucherzentrale Niedersachsen](#) e. V. (VZN)