

03/2014 | 3. Juni

Mein Essen schmeckt mir!

DGE plädiert für bundesweite Umsetzung der DGE-Qualitätsstandards in Kitas

■ Kurzversion:

(dge) Täglich essen über 1,8 Millionen Kinder in einer Kindertagesstätte (Kita) zu Mittag. Dass dieses Verpflegungsangebot nicht immer den Ansprüchen einer gesundheitsfördernden und zielgruppengerechten Verpflegung entspricht, belegen nun die Ergebnisse der bundesweiten Studie „Is(s)t KiTa gut?“ der Bertelsmann Stiftung. Als Grundlage für die Beurteilung des Verpflegungsangebots in der Studie diente der „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder“. Aufgrund der gewonnenen Erkenntnisse plädiert die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) für eine verbindliche Festbeschreibung dieses DGE-Qualitätsstandards als Basis für das Verpflegungsangebot in Kitas.

Kindertageseinrichtungen werden sich künftig weiteren Herausforderungen stellen müssen. So wird eine Allergenkennzeichnung spätestens ab Dezember 2014 auch für Kitas verbindlich sein. Dazu kommen weitere Anforderungen wie Speisenplanung, Kostenplanung oder Hygienemanagement. Um diesen alltäglichen Aufgaben gewachsen zu sein und die notwendige Kompetenz zu erlangen, sind themenspezifische Schulungen und Hilfestellungen für das Kita-Personal immer wichtiger. „Fördern und fordern“ – dieser Anspruch könnte auch hier greifen. Die Schaffung einer höheren Verbindlichkeit – idealerweise in Form einer gesetzlichen Regelung – würde Kitas verstärkt in die Pflicht nehmen. Aber auch die Eltern und Trägerverbände sind gefordert, sich diesem Thema verstärkt anzunehmen. Denn Erziehungspartnerschaft in der Kita beinhaltet nicht nur das Recht, sondern auch die Möglichkeit der gegenseitigen Unterstützung und Zusammenarbeit bei der Verpflegung der Kinder.

Erfolgreich in die Praxis umgesetzt haben bisher nachweislich 310 Kitas und 79 Caterer den „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kindertagesstätten“. Sie gewährleisten so ein vollwertiges Verpflegungsangebot und nutzen den „DGE-Qualitätsstandard“ damit auch als Instrument zur Qualitätssicherung.

Der DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder wurde erstmalig 2009 im Rahmen von „IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung“ im Auftrag des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft von der DGE erarbeitet. Er gibt praxisorientierte Hilfestellungen für die Umsetzung eines ausgewogenen Speisenangebots in einer Kita. Kernstück ist eine leicht verständliche Checkliste für den

Herausgeber:

**Deutsche Gesellschaft
für Ernährung e.V. (DGE)**Godesberger Allee 18
53175 Bonn

Tel.: 0228 3776-600

Fax: 0228 3776-800

E-Mail: webmaster@dge.de
Internet: www.dge.deNachdruck honorarfrei,
Quellenangabe (DGE)
erwünscht.

Belegexemplar erbeten.

Einsatz verschiedener Lebensmittelgruppen und Lebensmittelqualitäten. Der Qualitätsstandard kann kostenlos auf der Internetseite von FIT KID unter <http://www.fitkid-aktion.de/> heruntergeladen oder unter der Artikel-Nr. 300100 beim DGE-MedienService bestellt werden (<http://www.dge-medienservice.de/>).

2 799 Zeichen (mit Leerzeichen)

■ Hintergrundinformation:

Kinder befinden sich im Wachstum und bewegen sich meist viel. Sie benötigen ausreichend Energie – je nach Alter zwischen 1 000 kcal pro Tag für 2- bis 3-Jährige und bis zu 1 500 kcal pro Tag für 4- bis 6-Jährige – die sich idealerweise auf 5 Mahlzeiten verteilt. Eine ausgewogene Ernährung liefert die Nährstoffe, die Kinder zum Wachsen benötigen.

Pflanzliche Lebensmittel bilden nach energiearmen Getränken wie Wasser und ungesüßten Kräuter- und Früchtetees die Basis einer ausgewogenen Ernährung. Als Faustregel gilt: Rund drei Viertel der täglichen Nahrung sollten aus pflanzlichen und ein Viertel aus tierischen Lebensmittel bestehen, so die DGE. Gemüse und Obst enthalten reichlich Vitamine und Mineralstoffe, sekundäre Pflanzenstoffe und Ballaststoffe – bei gleichzeitig geringem Gehalt an Fett und Kalorien. Sie gehören deshalb mehrmals täglich auf den Speiseplan – am besten nach dem 5 am Tag-Prinzip: 5 Portionen Gemüse und Obst. Das sind für Kinder je nach Alter zwischen 300–400 g täglich. Wichtig sind auch Brot, Getreideflocken, Nudeln, Reis sowie Kartoffeln. Auch Kinder sollten Getreideprodukte aus Vollkorn bevorzugen, da die meisten wertvollen Inhaltsstoffe in den Randschichten des Getreidekorns sitzen. Tierische Lebensmittel liefern hochwertiges Eiweiß sowie Mineralstoffe wie Calcium, Eisen, Zink, Jod und B-Vitamine. Täglich gehören Milch und Milchprodukte auf den Tisch, Fleisch und Wurst seltener. Seefisch liefert neben Jod auch n-3 Fettsäuren, deshalb sollte er auch bei Kindern einmal pro Woche auf dem Speiseplan stehen. Süße, salzige und fettreiche Lebensmittel sowie Süßigkeiten sind nicht verboten, sollten aber nur in kleinen Mengen verzehrt werden. Kinder können auch ohne Fleisch gut mit Energie und Nährstoffen versorgt sein, wenn sie Milch, Milchprodukte, Eier und Fisch essen. Eine vegane Kost – ganz ohne tierische Lebensmittel – empfiehlt die DGE nicht.

4 694 Zeichen (mit Leerzeichen)

Kontakt

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.
Referat Öffentlichkeitsarbeit, Antje Gahl
Tel.: 0228 3776-640 | Fax: 0228 3776-800 | E-Mail: gahl@dge.de
DGE-Presseinfos im Internet: www.dge.de