



DGE-Qualitätsstandard verbessert die Verpflegung von Kindern

Ergebnisse der Studie Verpflegung in Kindertageseinrichtungen (VeKiTa): Ernährungssituation, Bekanntheitsgrad und Implementierung des DGE- Qualitätsstandards

Prof. Ulrike Arens-Azevêdo, Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg

Eine gesundheitsfördernde Ernährung von früh an ist wichtig, da im Alter von bis zu 6 Jahren eine maßgebliche Prägung des Essverhaltens erfolgt. In der Lebenswelt Kita kann in idealer Weise Verhältnis- und Verhaltensprävention in Einklang gebracht werden, wenn eine ausgewogene Verpflegung in Kombination mit einer entsprechenden Ernährungsbildung angeboten wird.

Die VeKiTa-Studie hatte zum Ziel, die aktuelle Verpflegungssituation abzubilden, den Bekanntheitsgrad und die Umsetzung des DGE-Qualitätsstandards in Kitas zu untersuchen und Empfehlungen zur Verbesserung der Situation und zur Erhöhung der Akzeptanz des Standards abzuleiten. Hierzu wurden drei Untersuchungsbereiche angelegt: Bereich 1 umfasste eine schriftliche Befragung von Kitas sowie die Analyse von Speiseplänen, Bereich 2 die Nährwertberechnung und chemische Analyse von Mittagsmahlzeiten und Bereich 3 telefonische Interviews von FIT KID-zertifizierten Kitas.

An der schriftlichen Befragung (n = 1408) nahmen überwiegend Kitas teil, die bis zu 75 Kinder betreuen. In 96,1 % der Kitas gibt es ein Mittagessen, das von durchschnittlich 74 % der Kinder auch genutzt wird. Die Mittagsmahlzeit wird in 55,4 % der Kitas warm angeliefert und in 30,3 % in der Frisch- und Mischküche zubereitet. 7,3 % nutzen das Tiefkühlkostsystem und 2,7 % das Cook & Chill System. In 4,2 % der Kitas gibt es zudem eine Kombination aus Anlieferung und Eigenproduktion. An der Zubereitung der Speisen sind unterschiedliche Gruppen beteiligt: in 66,4 % der Kitas externe Lieferanten, in 40,1 % eigenes Personal, in 2,8 % Eltern und in 0,1 % Pächter. Dabei sind nur in 38,4% der befragten Kitas hauswirtschaftliche Fachkräfte beschäftigt. Der Preis, den die Eltern für das tägliche Mittagessen bezahlen, liegt zwischen 0,45 € und 5,00 €. Im Durchschnitt ergibt sich ein Preis von 2,42 €.

Die Mittagsmahlzeit wird in 75,8 % der Kitas vom pädagogischen Personal und den Kindern gemeinsam eingenommen. Zusätzlich finden Aktivitäten zur Ernährungssozialisation statt und Aktivitäten zur Ernährungsbildung außerhalb der Mahlzeiten gibt es in 92,3 % der Einrichtungen.

Bei der Gestaltung des Verpflegungsangebots berücksichtigen die Kitas Aspekte einer gesundheitsfördernden Ernährung (72,3 %), die Saisonalität (64,2 %) und die Geschmacksvor-



lieben der Kinder (60,4 %). Daneben werden spezielle und kulturelle Bedürfnisse der Kinder einbezogen. Über ein dokumentiertes Verpflegungskonzept verfügen 35,1 % der Kitas. Ein ähnliches Bild zeigt sich beim HACCP-Konzept, über das jede Kita im Rahmen seines Hygienemanagements verfügen sollte. Nur 42,1 % verfügen über ein solches, 34,1 % ist das Konzept nicht bekannt.

Nur 47,2 % der Kitas haben Kenntnis über externe Standards. 29,6 % der Kitas geben an, den DGE-Qualitätsstandard zu berücksichtigen. Das Optimix-Konzept verwenden 3,3 % der Kitas, die Bremer Checkliste 4,0 % und sonstige Standards 4,1 %.

Die Analyse von Vier-Wochen-Speisenplänen auf Basis des DGE-Qualitätsstandards (n = 691) zeigt, dass Gemüse nur auf 6,5 % der Speisenpläne täglich ausgewiesen wird, während 85,8 % diese Anforderung überwiegend (zu 75 % bis unter 100 %) erfüllen. Die Anforderung, mindestens 8-mal Salat oder Rohkost anzubieten, wird in 38,9 % der Speisenpläne umgesetzt und in 35,3 % überwiegend. Ebenso ist Fisch nur bei 30,7 % mindestens 4-mal vorgesehen. Die Anforderung, maximal 8-mal Fleisch anzubieten, wird von 55,3 % der Speisenpläne erfüllt.

Von 225 Kitas konnten bei der Nährwertberechnung Rezepturen für das Mittagessen berücksichtigt werden, dies entspricht 4 567 Speisen. Die meisten der Kitas bereiten ihr Mittagessen in der Frisch- und Mischküche (76,4 %) zu. Die Nährwertberechnung zeigt, dass die Referenzwerte für die Mittagsverpflegung bei Calcium, Protein und Vitamin E innerhalb einer Woche meist nicht erfüllt werden, während die Referenzwerte für Eisen, Magnesium, Vitamin C, Vitamin B₁, Folat und Ballaststoffe von einem Großteil der Mittagsangebote erreicht bzw. überschritten werden. Die Kohlenhydrat- und Energiegehalte der Mittagessenszeiten liegen im Vergleich zu den Referenzwerten im Median bei 102 % bzw. 101 % und die Fettgehalte bei 100 %.

40 Kitas stellten an 5 Tagen Proben ihres Mittagessens für chemische Analysen zur Verfügung. Zu 80 % bereiten diese die Speisen in der Frisch- und Mischküche. Die Analysen ergaben, dass die Kohlenhydrat- (45 g), Energie- (354 kcal) und Proteingehalte (16 g) der Mittagessenszeiten im Median knapp unterhalb der Referenzwerte liegen, während die Fettgehalte (13 g) diesen im Median entsprechen. Ein Vergleich zwischen den Ergebnissen der chemischen Analyse und der Nährwertberechnung dieser Kitas zeigt beim Fettgehalt bei einigen Kitas Abweichungen außerhalb des Toleranzbereichs der LMIV auf.

Zu ihren Erfahrungen bei der Einführung des DGE-Qualitätsstandards und während des Zertifizierungsprozesses wurden 81 Verpflegungsverantwortliche befragt. Die Inanspruchnahme des Mittagessens liegt im Mittel bei 92,2 %. In 79,0 % der Kitas wird das Mittagessen in der Frisch- und Mischküche zubereitet und in 16,0 % warm angeliefert. Das Tiefkühlkostsys-



tem nutzen 3,7 % und das Cook & Chill-System 1,2 %. Seit der Einführung des DGE-Qualitätsstandards hat sich vor allem die Angebotshäufigkeit von bestimmten Lebensmittelgruppen verändert. Um die Anforderungen zu erfüllen, haben beim Fleischangebot 66,7 % etwas geändert, beim Fischangebot 80,2 % und beim Angebot an Milchprodukten 70,4 %. Beim Gemüseangebot haben 48,1 % und beim Obstangebot 45,7 % angesetzt und reichen den Kindern diese Lebensmittel nun häufiger.

Die Mehrheit attestieren der FIT KID-Zertifizierung eine positive Wirkung: sie sichert ein gesundheitsförderndes Angebot, steigert das Vertrauen der Eltern und fördert die Zusammenarbeit im Team. 82,7 % würden die Zertifizierung weiterempfehlen. Nach weiterem Unterstützungsbedarf gefragt werden zur Umsetzung des Qualitätsstandards sowie zur Vorbereitung des Audits, zur Ernährungsbildung genauso wie zur Verbesserung der Zusammenarbeit mit den Eltern und im Kita-Team noch mehr Angebote bzw. Informationen gewünscht.

Insgesamt ist neben der verbindlichen Einführung des DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung eine enge Zusammenarbeit im multidisziplinären Team notwendig, um die Kommunikation rund ums Essen zu verbessern. Die Einrichtung zentraler Fachstellen bei den jeweiligen Trägern kann die einzelne Kita vor Ort sachkundig unterstützen und die Erstellung von Verpflegungskonzepten erleichtern.