



Gut für die Kinder und die Umwelt: Wir kochen Bio

Ob in der Kita oder Zuhause – wir meinen: Essen soll schmecken, gut für uns und unsere Umwelt sein. Und da wir genau wissen wollen, was in die Töpfe kommt, kochen wir selbst. Bereits seit Juni 2003 bietet unsere trügereigene Zentralküche ein vollwertiges warmes Mittagessen aus 100 % kontrolliert biologischem Anbau (kbA) an (Kontrollstelle: DE-ÖKO-006). Unsere Lieferanten sind nach Bioland und Demeter-Standard zertifiziert. Im Sinne von mehr Lebensqualität für Alle nehmen wir dafür höhere Kosten beim Wareneinsatz in Kauf.

Unser Küchendirektor Volker Jahr und sein Team wissen, was Kinder mögen und was gesund ist. Sie bringen Abwechslung in die Speisepläne und sind flexibel. Uns ist wichtig, Warmhaltezeiten weitgehend zu vermeiden und die Nährstoffe zu erhalten. Deshalb liefert unsere Küche Gemüse, Nudeln, Reis und Kartoffeln vorbereitet an. Mit Hilfe spezieller Kombi-Dämpfer und Induktionskochfelder werden die diese Speisen dann in vielen Häusern schonend vor Ort gegart.

Außerdem erhalten wir zusätzlich zur Mittagsmahlzeit frisches Obst und Gemüse, das erst kurz vor dem Verzehr zubereitet wird, um die Vitamine zu bewahren. Für die Kinder stehen so täglich gesunde Knabbereien bereit. Das Frühstück besteht selbstverständlich ebenso aus Bio-Zutaten.

Unsere Speisepläne orientieren sich an den Empfehlungen der deutschen Gesellschaft für Ernährung, d. h. einmal pro Woche gibt es Seefisch (aus zertifizierter Fischerei oder Bio-Zucht), einmal Fleisch (Bioland) sowie Getreide- und Gemüsespeisen an den weiteren Tagen. Auch eine rein vegetarische Speisenauswahl ist möglich. Die Zutaten werden möglichst nach den Gesichtspunkten einer Vollwerternährung ausgewählt und stammen bevorzugt aus der Region.

Zu unserer Konzeption gehört auch, die Kinder mit der Herkunft der Lebensmittel vertraut zu machen. In vielen unserer Kitas bauen wir selbst Gemüse an, besuchen Bio-Bauernhöfe und führen regelmäßig Ernährungsprojekte durch. Die so wichtige Bildung für eine nachhaltige Entwicklung lässt sich dabei besonders gut vermitteln.

Sollte ein Kind aufgrund medizinisch bedingter Allergien/ Unverträglichkeiten spezielle Lebensmittel vermeiden müssen, ist in der Kita ein entsprechendes ärztliches Attest abzugeben. Unsere Küchenteams und unsere PädagogInnen stellen sich fachlich kompetent auf diesen Bedarf des Kindes ein.