

Lecker, sauber und gesund

Ernährung in der Kindertagespflege Herausforderungen und Chancen





- Chance Kindertagespflege f\u00fcr Kinder und Tageseltern
- Quantitative und qualitative Bedeutung der Ernährung in der KTP
- 3. Lecker, sauber und gesund Was bedeutet gut essen in der KTP?
- 4. Erkenntnisse zur Qualität der Ernährung in der KTP



Chance Kindertagespflege für Kinder und KTPP



- Vielfältige Betreuungslandschaft
- Alltagsnähe, Familienähnlichkeit, verlässliche Bezugsperson
- besonders für kleine Kinder
- vor allem beim Essen
- hohes Engagement
- Herausforderung und Stärke Alleinverantwortlichkeit

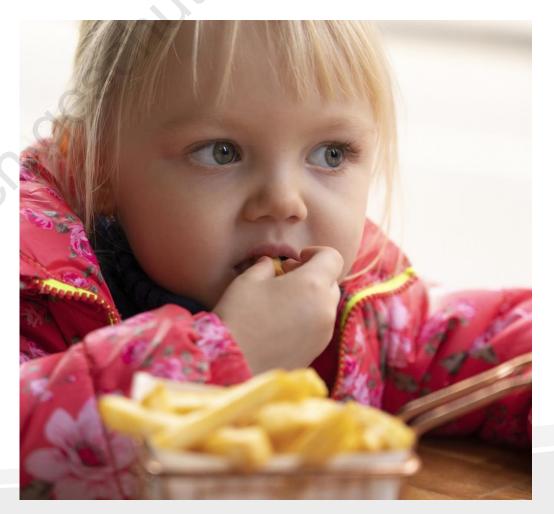
Quantitative Bedeutung der Ernährung in der KTP



- 809.908 U3-Kinder in der Tagesbetreuung
- davon 129.406 in der KTP (16 %)
- durchschnittlich 30,7 Stunden pro Woche bzw. 6,8 Stunden pro Tag
- große Unterschiede zwischen den Regionen
- weiterhin Ausbau der Betreuungsplätze => Profilierung der KTP



- KIGGS-Studie 3 6-Jährige
 10,8 % Mädchen
 7,3 % Jungen übergewichtig
- Chancengleichheit
- Mere Exposure Effect Gewöhnung an Vielfalt
- Eltern zwischen Verunsicherung und Motivation





Lecker, sauber und gesund Was bedeutet gut essen in der KTP?

- Ernährungsbildung
- Hygiene (z.B. BVKTP-Leitlinie)
- Nachhaltigkeit
- Gesundheitsförderung





- regelmäßige gemeinsame Mahlzeiten mit der Bezugsperson in freundlicher Atmosphäre
- selbstständig essen, aktiv an der Mahlzeit teilnehmen



- selbstbestimmt aus einem vielfältigen Angebot wählen
- das natürliche Hunger- und Sättigungsgefühl erhalten
- altersangemessen mitgestalten und teilhaben
- Responsivität der Bezugsperson: feinfühlige Beantwortung von Emotionen



Nachhaltigkeit

- Ziel nachhaltigere Ernährung
- Vollwert-Ernährung/ Ernährungsökologie
- Planetary Health Diet



WBAE 2020



DGE-Qualitätsstandards

- Verzehrsempfehlungen auf der Basis der Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr
- nachhaltigere Ernährung
- Zertifizierung möglich
- umfangreiche Checklisten entlang der Produktionskette, der Mahlzeiten/ Lebensmittelgruppen







DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas

www.in-form.de | www.fitkid-aktion.de



andere Standards

- Optimierte Mischkost
- Netzwerk Junge Familie
- Bremer Checkliste







Leibniz-Institut für Präventionsforschung und Epidemiologie – BIPS GmbH

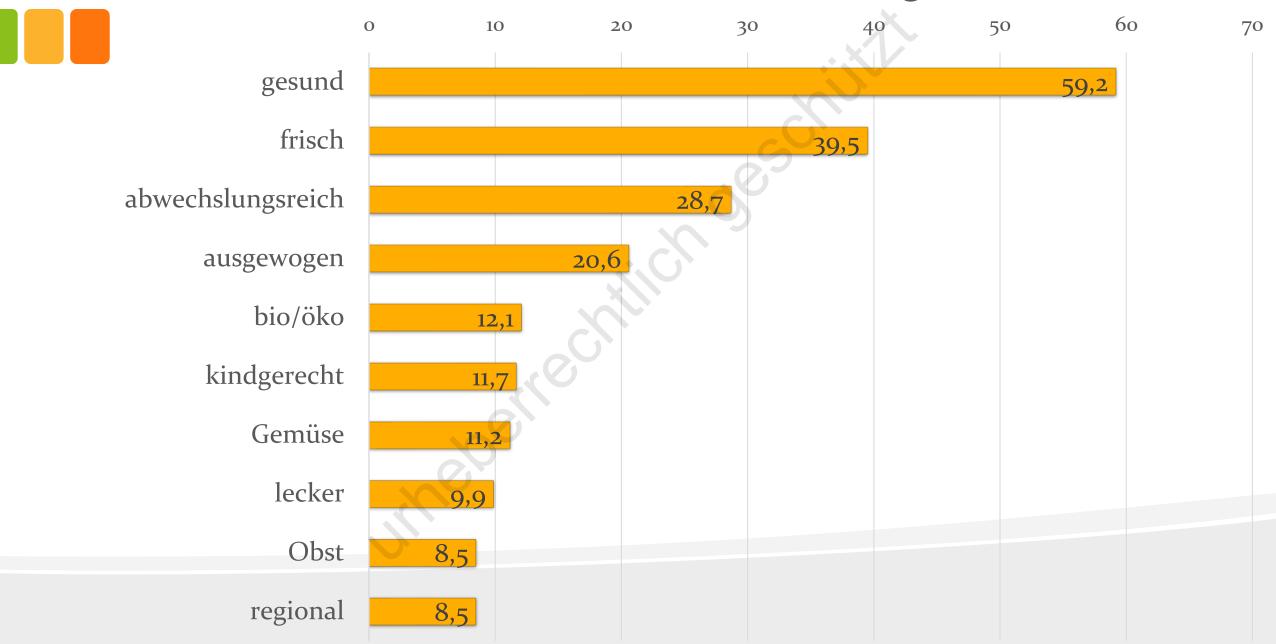


Erkenntnisse zur Qualität der Ernährung in der KTP

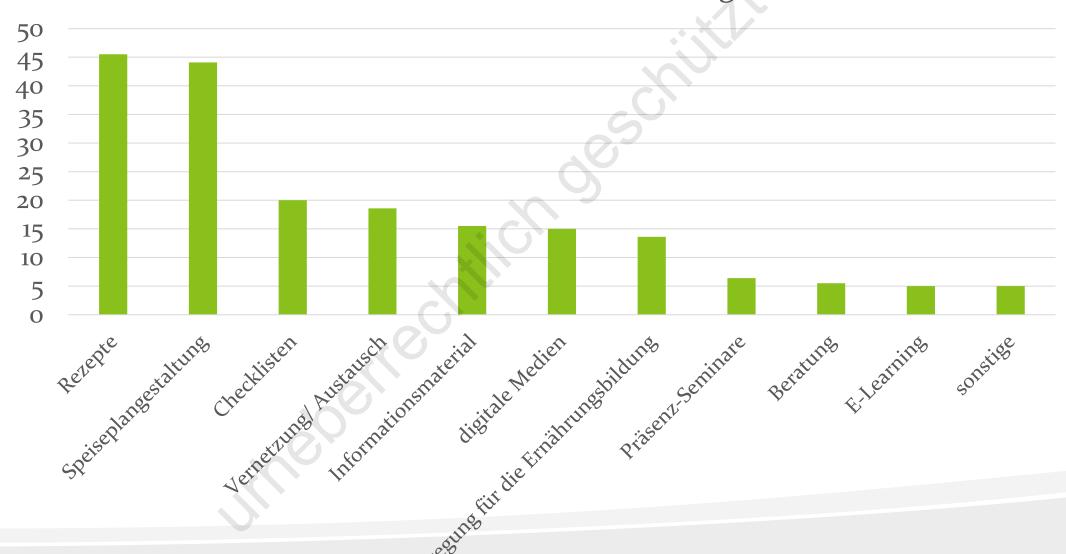
- Befragung von 223 KTPP in Niedersachsen 2021
- hohe Motivation für Gesundheit
- Ernährungsbildung
- Analyse von Speiseplänen



Was ist beim Essen wichtig?







Liebend gern mit Kindern kochen und essen!



zum Weiterlesen

- BZfE https://www.bzfe.de
- NQZ https://www.nqz.de/
- DGE-Qualitätsstandards https://www.dge.de/gv/dge-qualitaetsstandards/?L=o
- Studie "Ess-Alltag in der Kindertagespflege" https://www.kitavernetzungsstelle-niedersachsen.de/ess-alltag-der-lebenswelt
- optimierte Speisepläne https://www.fitkid-aktion.de/rezepte/speiseplaene/
- Methfessel u.a.: "Essen und Ernährungsbildung in der Kita"