

ORGANISATORISCHES

Eingeladen sind Hauswirtschaftskräfte in Kindertagesstätten und – nach Maßgabe freier Plätze – Tagespflegepersonen (mit Pflegeerlaubnis des Jugendamtes).

Die Module werden von verschiedenen Volkshochschulen in Rheinland-Pfalz durchgeführt. Aktuelle Termine können den Programmen der Volkshochschulen sowie der Webseite des Landesverbandes (www.vhs-rlp.de) entnommen werden.

Kosten: 10,00 €/ Modul

Auskunft und Anmeldung bei den Volkshochschulen:

kvhs Altenkirchen
Tel.: 02681/81 22 12

kvhs Birkenfeld
Tel.: 06782/151 04

kvhs Kusel
Tel.: 06381/91 73 00

kvhs Mainz-Bingen
Tel.: 06132/78 71 02

kvhs Neuwied
Tel.: 02631/34 78 13

vhs Rhein-Pfalz-Kreis
Tel.: 06235/957 3343

kvhs Westerwald
Tel.: 02602/12 44 20

vhs Bingen
Tel.: 06721/30 88 50

vhs Kaiserslautern
Tel.: 0631/362 5800

vhs Landau
Tel.: 06341/13 49 92

vhs Ludwigshafen
Tel.: 0621/504 2238

vhs Neuwied
Tel.: 02631/802 5510

vhs Worms
Tel.: 06241/853 4250

WBZ Ingelheim
Tel.: 06132/79 00 30

DIE INITIATOREN

Die Modulreihe ist ein Kooperationsprojekt des **Verbandes der Volkshochschulen von Rheinland-Pfalz e.V.** mit der **Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung** und der **Ernährungsberatung** am FACHZENTRUM ERNÄHRUNG Rheinland-Pfalz.

Verband der Volkshochschulen von Rheinland-Pfalz e.V.

Hintere Bleiche 38
55116 Mainz
Telefon: 06131 / 288 89 - 28
E-Mail: dittrich@vhs-rlp.de
www.vhs-rlp.de

Fachzentrum Ernährung Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung

Rheinland-Pfalz
Bahnhofstr. 32
56410 Montabaur
Telefon: 02602 / 92 28-1710
E-Mail: kitaverpflegung@dlr.rlp.de
www.fze.rlp.de

Gefördert durch:



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR BILDUNG

KITA-VERPFLEGUNG - GESUND UND LECKER

Praxis-Module für Hauswirtschaftskräfte in Kindertagesstätten und Tagespflegepersonen*



KITA-VERPFLEGUNG - GESUND UND LECKER

Das Angebot einer Mittagsverpflegung gehört heute zum Standard der meisten Kindertageseinrichtungen. In vielen Kitas und in der Tagespflege wird täglich frisch gekocht. Für die gesunde Entwicklung der Kinder ist ein abwechslungsreiches, kindgerechtes Speisenangebot besonders wichtig. Idealerweise orientiert sich die Zusammenstellung der Mahlzeiten an dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas“ der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE).

„Kita-Verpflegung – gesund und lecker“ richtet sich an Hauswirtschaftskräfte, die mit der Gestaltung und Zubereitung des Mittagessens in der Tageseinrichtung oder Tagespflege betraut sind. Die Module bieten Unterstützung in der täglichen Arbeit und erleichtern es, die hohen Anforderungen an die besondere Qualität einer vollwertigen, kindgerechten Verpflegung zu erfüllen.

In sechs Praxis-Modulen werden unterschiedliche Themenfelder bearbeitet. Zu den grundlegenden Inhalten gehören das Basiswissen „Kochen“, Warenkunde sowie Praxistipps zur Arbeitsorganisation und Speisenplanung. In allen Bereichen wird Bezug auf den DGE- Qualitätsstandard genommen. Folgemodule werden mit veränderten Rezepten, Schwerpunkten und Praxisinformationen angeboten.

INHALTE

Modul I

Mehr Vollkorngerichte in der Kitaverpflegung

Zubereitung von Rezepten mit Vollkornprodukten - Bedeutung von Vollkornprodukten für die Ernährung, nachhaltige Speisenplanung nach DGE.

Modul II

Heute ohne Fleisch – vegetarische Gerichte

Zubereitung von Rezepten mit Gemüse der Saison und Hülsenfrüchten - Vorteile einer fleischreduzierten Kost, Bedeutung von „5 am Tag“, regionaler und saisonaler Einkauf, Convenience-Produkte unter der Lupe.

Modul III

Fisch – schmackhaft und kindgerecht

Zubereitung von Rezepten mit Fisch, einschließlich fettreichem Seefisch - Ernährungsphysiologische Bedeutung, Warenkunde und nachhaltiger Einkauf, Rezeptalternativen zu Fischstäbchen.

Modul IV

Kleinkindernährung (U3) – wie Kinder auf den Geschmack kommen

Zubereitung von kleinkindgerechten Speisen – Besondere Auswahl und Zubereitung einer kindgerechten Kost für die Altersgruppe 1-3 Jahre.

Modul V

Speisen flexibel gestalten – von Allergie bis kulturelle Vielfalt

Zubereitung von Speisen mit Abwandlungsmöglichkeiten – Erfordernisse kultureller und gesundheitlicher Besonderheiten bei der Speisenzubereitung, Vermeidung von Kontamination, Gestaltung gemeinsamer Mahlzeiten.

Modul VI

Kitaverpflegung – regional und nachhaltig

Lebensmitteleinkauf und Zubereitung unter Berücksichtigung ökologischer Aspekte – Bedeutung einer nachhaltigen Ernährung in der Kitaverpflegung, Kennenlernen von Tipps und Tricks zur schrittweisen Umsetzung.

