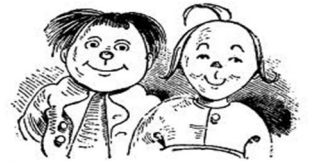


Essenversorgung unserer Kinder



Liebe Eltern,

gesunde und ausgewogene Ernährung ist ein wichtiges Thema in unserer Kita. Dies haben wir nochmal zum Anlass genommen und mit fachlicher Beratung von der Ernährungsberaterin Frau Tennert unsere Ganztagsverpflegung optimiert.

Hier die wichtigsten Aspekte und deren Anpassung für viel Energie zum Lernen und Spielen durch den Tag:

- Wir wollen eine sättigende Grundlage für den Tag. Cornflakes sind auf den Nachmittag verlegt
- Gibt es Suppe zum Mittag, haben wir Hunger am Nachmittag. Somit gibt es Brot zur Sättigung
- Zeit mal Neues zu probieren. Zum Obst gibt es Naturjogurt oder Quark und es darf mit Marmelade, Honig bzw. Vanille gesüßt werden. Gemüsesticks mit einem Kräuterdip werden am Donnerstag vernascht.

Milchbrötchen, Nutella, Cornflakes (gesund)...?

Uns ist es wichtig auch diese Nahrungsmittel kennenzulernen und den Umgang damit zu üben. Man darf auch mal Naschen, nur eben in Maßen.

Obst und Gemüse wird weiterhin zu den Mahlzeiten und auch mal Zwischendurch angeboten.

Ab März werden wir unseren Frühstück- und Vesperplan anpassen und 2 Monate testen. Wir sind gespannt auf die Meinung der Kinder und werden auch Ihnen, liebe Eltern, am Ende dieser Zeit einen Fragebogen anbieten.

Für eventuelle Fragen sprechen Sie uns an.



Genussvolle Grüße vom

Kita- Team der Kindertagesstätte „Max und Moritz“

Zscherdorf den 29.02.2024