

# Smileys verraten: Uns hat's geschmeckt

**Mit „Fit-Kid-Konzept“ Verpflegung im katholischen Kita-Verbund Haag optimiert**

VON MARIA WITTMANN UND  
SABINE MATERNA

**Haag** – Das kleine gelbe Lächeln ist seit Jahren aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken, wie zum Beispiel im E-Mail-Austausch oder im Nachrichtenverkehr via Mobiltelefon. Ob traurig oder heiter, zornig oder entspannt – die sogenannten Smileys sprechen ohne Worte eine eindeutige Sprache und liefern leicht verständlich emotionale Botschaften. Wie jetzt im katholischen Kindergarten Haag und im katholischen Haus für Kinder „Arche Noah Haag“: Nach jedem Mittagessen bewerten die Kinder begeistert mit Smileys, wie es ihnen geschmeckt hat.

**Das Lieblingsessen der Kinder wurde in die Pläne mit einbezogen**

Das hat einen Grund: Ihr Mittagessen wird seit März nach dem „Fit-Kid-Konzept“ der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) zubereitet. Die Kinder nahmen die Umstellung nach Einschätzung der Verantwortlichen überraschend gut an. Sicherlich auch deshalb, weil ihr Lieblingsessen in die Speisepläne mit einbezogen und sie nach ihrer Meinung gefragt wurden.

Bislang hatte die Metzgerei Mair das katholische Haus für Kinder „Arche Noah Haag“ und den katholischen Kindergarten Haag mit Mittagessen beliefert. In der Vergangenheit wurden die Mitarbeiter für ein gesundes und kindgerechtes Essen geschult und zertifiziert. Da es die Zertifizierung „Optimixx“ nicht mehr gibt, trafen sich im November 2018 Verantwortliche des katholischen Kita-Verbunds Haag mit dem Anbieter, um eine vollwertige Ernährungsalternative zu finden.

Bei einem „Runden Tisch“ wurde eine Probephase vereinbart mit Ernährungsberaterin Vivien Mrkwitschka, Metzgereiinhaber Franz Mair, der Köchin Barbara Baumgartner, den Kita-Leiterinnen Petra Wenhardt und Alexandra Engl (Kinderhaus Arche Noah), Michaela Sahlstorfer und Daniela Suljic (Kita Mariä Himmelfahrt Kirchdorf), Veronika Fluhrer (Kita St.Korbinian Rechtmehring) und Sabine Materna, Verwaltungsleitung des katholischen Kita-Verbundes Haag. Es wurde beschlossen, dass das Mittagessen ab März 2019 nach dem „Fit-Kid-Konzept“ der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) zubereitet werden soll.

Das Konzept wurde für derzeit drei Einrichtungen des Kita-Verbundes erprobt und umgesetzt. Beteiligt war neben Ernährungsberaterin Mrkwitschka und Köchin Baumgartner auch das Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Ebersberg.

In die Ausarbeitung der Speisepläne steckten die Beteiligten viel Mühe, Erfahrung und Wissen.



**Am „Runden Tisch“** zum Thema Ernährung trafen sich (von links) Daniela Suljic (Kindergarten Kirchdorf), Alexandra Engl und Petra Wenhardt (Kinderhaus Arche Noah), Barbara Baumgartner (Köchin), Vivien Mrkwitschka (Ernährungsberaterin), Veronika Fluhrer (Kindergarten Rechtmehring), Franz Mair (Metzger) und Sabine Materna (Verwaltungsleitung).

## **Den Fleischanteil reduziert, den Rohkostanteil erhöht**

Im Ergebnis bieten diese Mahlzeiten laut Einrichtungsleitern „ein schmackhaftes, vollwertiges und ausgewogenes kindgerechtes Mittagessen“.

Beim Mittagessen wurde entsprechend der Vorgaben der Fleischanteil reduziert, gleichzeitig der Gemüse- und Rohkostanteil erweitert. Fisch steht auch einmal pro Woche auf dem Speiseplan.

Besonders viel Wert legt die DGE auf regionale und saisonale Küche. Getreideprodukte und Kartoffeln werden abwechslungsreich angeboten.

Die Lieblingessen der Kinder fließen in die Planung mit ein. Als Getränke werden Wasser und ungesüßte Tees gereicht.



Diese Webseite verwendet unter anderem Cookies zur Analyse und Verbesserung der Webseite, zum Ausspielen personalisierter Anzeigen und zum Teilen von Artikeln in sozialen Netzwerken. Unter Datenschutz erhalten Sie weitere Informationen und Möglichkeiten, diese Cookies auszuschalten. [OK](#) [DATENSCHUTZERKLÄRUNG](#)