

Ernährungskonzept der schulergänzenden Tagesstrukturen der Volksschule Kriens

1. Einleitung

Eine gesunde, ausgewogene und nachhaltige Ernährung der Kinder ist uns wichtig. Essen, als Grundbedürfnis, soll Freude bereiten, schmackhaft sein und den Alltag bereichern.

Eine ausgewogene und gesunde Ernährung trägt einen grossen Teil zum Wohlbefinden der Kinder bei, unterstützt die geistige sowie körperliche Leistungsfähigkeit (Energienlieferant) und bietet im Bereich der 5 Sinne wertvolle Entdeckungsfelder. Die Tagesstrukturen der Volksschule Kriens haben also in diesem Sinne eine Vorbildrolle in Sachen Ernährung. Dieses Konzept orientiert darüber, was den Tagesstrukturen der Volksschule Kriens in Punkto Lebensmittel und Essen wichtig ist und welche pädagogischen Grundhaltungen wir vertreten.



2. Richtlinien

Diesem Konzept liegen die zwei Konzepte der „Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung“ (SGE) und Radix, Schweizerische Gesundheitsstiftung zugrunde. In Punkto Lebensmittelsicherheit gelten die Standards der Dienststelle für Lebensmittel und Verbraucherschutz des Kantons Luzern.

3. Qualität der Lebensmittel

Beim Einkauf der Lebensmittel wird auf saisonale und regionale Produkte geachtet. Wir nutzen möglichst natürliche Produkte ohne Zusatzstoffe. Convenience Food wird möglichst wenig verwendet.

3.1. Zubereitung

Die Mahlzeiten werden frisch vor Ort zubereitet. Während der Zubereitung wird darauf geachtet, dass die Vitamine und Nährstoffe erhalten bleiben. Die Menüplanung soll so ausgelegt sein, dass die Kinder fantasievolles und abwechslungsreiches Essen genießen können. Die Wünsche und Anregungen der Kinder werden nach Möglichkeit in die Planung miteinbezogen. Ebenfalls werden bei der Planung der Menüs die Empfehlungen der SGE und Radix berücksichtigt. Den Bedürfnissen von Kindern mit Allergien und Unverträglichkeiten werden nach Absprache mit den Erziehungsberechtigten Rechnung getragen.

3.2. Essensangebote

Beim Frühstück wird auf ein frisches und reichhaltiges Angebot mit möglichst wenig Zucker geachtet. Bei Bedarf können auch Joghurt und Früchte gegessen werden. Zum Trinken stehen Wasser, Tee und Milch mit Kakaopulver zur Verfügung.

Vor dem Mittagessen stehen den Kindern kleine Schalen mit Rohkost zum Naschen zur Verfügung. Ebenfalls wird zu jeder Mahlzeit Salat und/oder Suppe angeboten. Zum Trinken stehen Wasser und/oder Tee bereit.

Das Zvieri wird als Zwischenmahlzeit gehandhabt. Frische Früchte und Gemüse, sowie kleine Snacks wie Vollkorngebäck werden angeboten.

4. Pädagogik

4.1. Grundhaltung

Wir gestalten die Mittagszeit in einer angenehmen Atmosphäre, in welcher ein erholsamer Mittag sowie ein genussvolles Essen im Vordergrund stehen. Dabei leben wir den Kindern einen wertschätzenden und sorgsamem Umgang mit dem Essen vor. Die Kinder erhalten Raum und Zeit für soziale Interaktion. Wir legen grossen Wert auf Beziehungsgestaltung, unterstützen/stärken die Selbstständigkeit sowie Partizipation der Kinder und ermöglichen ihnen eine Erweiterung ihrer persönlichen Kompetenzen.

4.2. Struktur

Ein geregelter Ablauf während den gemeinsamen Mahlzeiten ist uns wichtig. Mittels Ritualen vermitteln wir den Kindern Sicherheit und Orientierung. So weisen wir beispielsweise nach Bedarf die Sitzplätze zu. Auch starten wir gemeinsam das Mittagessen und wählen hierfür individuelle, auf die Bedürfnisse der Kinder ausgewählte Rituale aus. Die Kinder schöpfen ihr Essen nach Möglichkeit selbst. Mitarbeitende helfen den Kindern bei der Einschätzung ihres Hungers. Mitarbeit in Form von Ämtli verrichten ist erwünscht (z.B. servieren, abräumen, Tische/Boden wischen etc.) Vor Kindergarten- und Schulbeginn bleibt den Kindern genügend Zeit für freies oder angeleitetes Spielen, damit sie sich bewegen und zugleich erholen können.

4.3. Regeln/Haltungen

Damit sich am Tisch alle wohlfühlen, bedarf es einigen Regeln.

- Grundsätzlich soll das Personal die Kinder zum Probieren des Essens animieren. Niemand wird zum Essen gezwungen.
- Wir führen eine einladende Gesprächskultur und berücksichtigen dabei die Bedürfnisse der Kinder (Entwicklungsstand).
- Regeln müssen fachlich begründet sein.

5. Qualitätssicherung

5.1. Rechtliche Bestimmungen

Die Anforderungen der Lebensmittelkontrolle werden erfüllt. Die geforderten Nachweise werden erstellt und sind jederzeit einsehbar.

5.2. Überprüfung

Für den Verpflegungsbereich besteht pro Institution eine Ansprechperson. Diese Person verfügt über die notwendigen Qualifikationen im Bereich Koch/Köchin, Ernährung und/oder Hauswirtschaft.

Um die Entwicklung der Qualität in den Bereichen Lebensmittel, Organisation und Pädagogik laufend überprüfen, optimieren und allenfalls Anpassungen vornehmen zu können, werden die Unterlagen der SGE sowie Radix verwendet. Siehe Anhang
Das vorliegende Konzept wird zudem regelmässig durch die Institutionsleitungen in Zusammenarbeit mit den Verantwortlichen aus dem Verpflegungsbereich überprüft. Rückmeldungen der Klienten und der Erziehungsberechtigten fliessen in diese Überprüfung ein.

Genehmigt durch:

Rektorat und Leitende Schulergänzende Tagesstrukturen, 11. Juni 2019.

Gültig ab Schuljahr 2019/20