



FRÖBEL

Kompetenz für Kinder

FRÖBEL – IMPULSE AUS DER PRAXIS

VORSTELLUNG

Robert Kapa

- 2007 Abschluss der Ausbildung zum Koch
- Diverse Stationen in der Gastronomie
- Seit 01.02.2011 bei FRÖBEL
- Seit 01.02.2022 Koch mit Koordinationsaufgaben in der Region Berlin Süd-Ost
- Seit 2023 Praxisberater Küche und Mahlzeiten gesamt Berlin



FRÖBEL IN ZAHLEN



- Deutschlands größter überregionaler freigemeinnütziger Träger für Kinderkrippen, Kindergärten und Horte
- Ca. 22000 betreute Kinder
- Ca. 5000 Mitarbeiterinnen
- 226 Einrichtungen
- In 10 Bundesländern
- Im Schnitt kommen jährlich 10 Einrichtungen dazu
- 120 Frischküchen
- Ca. 105 gelernte Köche und Köchinnen
- 1 Einrichtung in Poznań, Polen
- 4 Einrichtungen in Australien



WIR MACHEN UNS AUF DEN WEG- ABER WIE?



- 2017 gibt es erste Ideen zu Ernährungsrichtlinien in Berlin
- 2019: Der Berliner Senat stellt Ernährungsstrategie vor
- 2019: FRÖBEL bietet interdisziplinäres Weiterbildungsformat in Bezug auf Mahlzeiten und Ernährung
- Kontakte zu Akteuren der Strategie kommen zu Stande
 - Gemüse-Ackerdemie,
 - Sarah-Wiener-Stiftung,
 - Über-den-Tellerrand
- Innerhalb des Lab wird klar, FRÖBEL macht sich mit auf den Weg
- 2020: erster Kontakt zu Kantine Zukunft
- Pilotphase: FRÖBEL transformiert die ersten 3 Kitas in Kooperation mit Kantine Zukunft
- Herbst 2020: FRÖBEL installiert koordinierende Köche, die die Transformation im Sinne der Kantinenwerkstatt begleiten
- 2023: FRÖBEL stellt Praxisberater für die gesamte Region Berlin, NRW und Bayern ein





TRANSFORMATION BERLIN

- 36 Einrichtungen
- Ca. 4600 Kinder
- 24 Frischküchen
- 15 Küchen haben „Kantinenwerkstatt“ der Kantine Zukunft mit Auszeichnung absolviert
- Bio-Quote dieser Einrichtungen liegt zwischen 60 - 100%
- 2 Einrichtungen kochen vegetarisch und 100% Bio
- 4 Einrichtungen beziehen zu 100% Bio Lebensmittel
- Ziel: Bis 2025 kochen alle FRÖBEL-Küchen nach unserem „Leitfaden für Küchenteams“



FRÖBEL-LEITFADEN FÜR KÜCHENTEAMS

Was ist das?

- Richtet sich an Köchinnen, pädagogische Fachkräfte und Leitungskräfte
- Beschreibt das Bestreben **FRÖBELs** die Verpflegung der Kinder gesundheitsfördernd und klimagerecht zu gestalten
- Der Leitfaden bietet einen Rahmen, für den Arbeitsalltag in **FRÖBEL-Küchen** auf Grundlage der **DGE-Verpflegungsstandards** für Kindertagesstätten und der **Planetary Health Diet**
- Er soll als Fundament verstanden werden, der individuell im Niveau gehoben werden kann.
 - Z. B. Fisch und Fleisch im wöchentlichen Wechsel
 - Ovo-lacto-vegetarische Kostform
 - Reduzierter Einsatz von Salz und zugesetztem Zucker
- Ziel ist, den Leitfaden bis 2025 in allen selbstkochenden FRÖBEL-Kindergarten zu etablieren.





2019 WURDE DURCH DIE EAT-LANCET KOMMISSION DIE „PLANETRY HEALTH DIET“ ERARBEITET

Sie zeigt auf, wie die zukünftige Weltbevölkerung von 10 Milliarden Menschen im Jahr 2050 innerhalb der ökologischen Belastungsgrenzen der Erde mit einer gesundheitsfördernden Ernährung versorgt werden kann.

UND: mit der weltweit pro Jahr etwa 11 Millionen vorzeitige Todesfälle durch chronische ernährungs-(mit-)bedingte Krankheiten verhindert werden können



DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder










DGE-QUALITÄTSSTANDARD

Grundlagen für eine attraktive, gesunde und nachhaltige Kitaverpflegung

- Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung stellt einen Verpflegungsstandard für Kindertagesstätten zur Verfügung
- Dieser Standard ist Grundlage des FRÖBEL-Leitfadens für Küchenteams
- Checklisten ermöglichen Kolleg*innen Selbstkontrolle in der Speiseplanung

ZENTRALER PUNKT: REFERENZMENGEN

Lebensmittelgruppen	Lebensmittelqualitäten – die optimale Auswahl	Lebensmittelhäufigkeiten über fünf Verpflegungstage Orientierungswerte für Lebensmittelmengen für fünf Verpflegungstage pro Kind	
Getreide, Getreideprodukte, Kartoffeln 	<ul style="list-style-type: none"> › Vollkornprodukte › Kartoffeln, roh oder vorgegart › Parboiled Reis oder Naturreis 	Mischkost 5 x (1 x täglich) 1 bis unter 4 Jahre ca. 400 g 4 bis unter 7 Jahre ca. 450 g › davon: mind. 1 x Vollkornprodukte max. 1 x Kartoffelerzeugnisse	Ovo-lacto-vegetarische Kost 5 x (1 x täglich) 1 bis unter 4 Jahre ca. 400 g 4 bis unter 7 Jahre ca. 450 g › davon: mind. 1 x Vollkornprodukte max. 1 x Kartoffelerzeugnisse
Gemüse und Salat 	<ul style="list-style-type: none"> › Gemüse, frisch oder tiefgekühlt › Hülsenfrüchte › Salat 	5 x (1 x täglich) 1 bis unter 4 Jahre ca. 500 g 4 bis unter 7 Jahre ca. 600 g › davon: mind. 2 x als Rohkost mind. 1 x Hülsenfrüchte 1 bis unter 4 Jahre ca. 70 g 4 bis unter 7 Jahre ca. 90 g	5 x (1 x täglich) 1 bis unter 4 Jahre ca. 500 g 4 bis unter 7 Jahre ca. 600 g › davon: mind. 2 x als Rohkost mind. 1 x Hülsenfrüchte 1 bis unter 4 Jahre ca. 70 g 4 bis unter 7 Jahre ca. 90 g
Obst 	<ul style="list-style-type: none"> › Obst, frisch oder tiefgekühlt ohne Zucker und Süßungsmittel › Nüsse (ungesalzen) oder Ölsaaten 	mind. 2 x 1 bis unter 4 Jahre ca. 150 g 4 bis unter 7 Jahre ca. 170 g › davon: mind. 1 x als Stückobst	mind. 2 x 1 bis unter 4 Jahre ca. 150 g 4 bis unter 7 Jahre ca. 170 g › davon: mind. 1 x als Stückobst
Milch und Milchprodukte 	<ul style="list-style-type: none"> › Milch, Naturjoghurt, Buttermilch, Dickmilch, Kefir: max. 3,8 % Fett absolut › Speisequark: max. 5 % Fett absolut › jeweils ohne Zucker und Süßungsmittel › Käse: max. 30 % Fett absolut 	mind. 2 x 1 bis unter 4 Jahre ca. 120 g 4 bis unter 7 Jahre ca. 140 g	mind. 2 x 1 bis unter 4 Jahre ca. 100 g 4 bis unter 7 Jahre ca. 120 g
Fleisch, Wurst, Fisch und Eier³ 	<ul style="list-style-type: none"> › mageres Muskelfleisch 	max. 1 x Fleisch / Wurstwaren 1 bis unter 4 Jahre ca. 30 g 4 bis unter 7 Jahre ca. 35 g › davon: mind. 2 x mageres Muskelfleisch innerhalb von 20 Verpflegungstagen 1 x Fisch 1 bis unter 4 Jahre ca. 35 g 4 bis unter 7 Jahre ca. 45 g › davon: mind. 2 x fettreicher Fisch innerhalb von 20 Verpflegungstagen	entfällt bei einem ovo-lacto-vegetarischen Angebot
Öle und Fette 	<ul style="list-style-type: none"> › Rapsöl › Lein-, Walnuss-, Soja-, Olivenöl › Margarine aus den genannten Ölen 	Rapsöl ist Standardfett 1 bis unter 4 Jahre ca. 20 g 4 bis unter 7 Jahre ca. 25 g	Rapsöl ist Standardfett 1 bis unter 4 Jahre ca. 20 g 4 bis unter 7 Jahre ca. 25 g
Getränke 	<ul style="list-style-type: none"> › Wasser › Früchte-, Kräutertee › jeweils ohne Zucker und Süßungsmittel 	Getränke sind jederzeit verfügbar	Getränke sind jederzeit verfügbar

³ Für Eier gibt es keine Empfehlung zur Verzehrsmenge. In den nährstoffoptimierten Speiseplänen wurde für das Mittagessen mit 40–50 g (Mischkost) bzw. 60–70 g Ei (ovo-lacto-vegetarische Kost) pro Woche gerechnet.



THEMEN DES LEITFADENS

- **Wir beschreiben Merkmale einer nachhaltigen Kitaernährung**
 - Lebensmittelversorgung
 - Vermeidung von Müll und Speiseresten
 - Ressourcenschonender Umgang mit Küchengeräten
- **Orientierungsleitfaden zur Qualitätssicherung im Küchenbereich**
 - Speiseplanung über alle angebotenen Speisen
 - Lebensmittelsicherheit
 - Getränkeversorgung
- **Qualitätskriterien Lebensmittel und Lebensmitteleinkauf**
 - Hinweise zu allen Produktgruppen wie z.B. Fisch, Fleisch, Obst & Gemüse
 - Quantitative Auswahl der Lebensmittel
- **Zusammenarbeit und Kooperationen**
 - Zwischen Küchen- und päd. Fachpersonal
 - Zusammenarbeit mit Familien



ZIELE

- Reduzierung von Fertigprodukten aller Art auf unter **10 %** (monetär) – wobei Pasta und Brot eine Sonderrolle spielen
- Maximal **60%** frisches, echtes Gemüse
- Mindestens **60%** Bio Anteil (monetär)
- Min **75 %** vegetarische Speisen auf dem Speiseplan
- Keine Fleisch- und Wurstwaren zu den Zwischenmahlzeiten
- Vermehrter Einsatz regionaler und saisonaler Lebensmittel
- Vermehrter Einsatz heimischer Getreide
- Vermehrter Einsatz von Hülsenfrüchten
- Spaß am Handwerk
- Leckerer Essen für jene Menschen, die 2100 noch auf unserem Planeten leben



A photograph of two young children playing on a rope bridge in a park. The child in the foreground is wearing a blue and white polka-dot hat, a pink jacket, a purple scarf, purple pants, and yellow boots. The child in the background is wearing a blue patterned jacket and pink pants. The background shows trees and a wooden fence.

**FRÖBEL Bildung und Erziehung
gemeinnützige GmbH**

Alexanderstraße 9
10178 Berlin

Robert Kapa

Tel.: 0172 8482359

E-Mail: robert.kapa@froebel-gruppe.de

www.froebel-gruppe.de

VIELEN DANK

für Ihre Aufmerksamkeit!



FRÖBEL

Kompetenz für Kinder