



FRÖBEL

Kompetenz für Kinder

FRÖBEL – IMPULSE AUS DER PRAXIS

19. OKTOBER 2023

VORSTELLUNG

Robert Kapa

- 2007 Abschluss der Ausbildung zum Koch
- Diverse Stationen, von Ischgl bis SPD-Zentrale – Willy-Brandt-Haus
- 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





BRANDENBURGER KITAS

- Beginnen behutsam die Transformation der Küchen
 - Speisepläne werden umgestellt
 - Rezepturen entsprechend des Leitfadens werden langsam in den Alltag implementiert
 - Lieferanten zur Anhebung des monetären Bio-Anteils werden akquiriert
 - Weiterbildungsformate für Köchinnen und päd. Fachkräfte
 - Begleitung durch koordinierende Köche
- „Leuchtturm“-Kitas in Brandenburg:
 - FRÖBEL-Kindergarten Kinderland in Ludwigsfelde
 - FRÖBEL-Kindergarten Regenbogen in Frankfurt/Oder
 - FRÖBEL-Kindergarten Sausewind in Potsdam



BRANDENBURGER KITAS

- **FRÖBEL-Kindergarten Kinderland Ludwigsfelde**
 - Ca. 55% Bio-Anteil
 - Genussbotschafter, ausgebildet durch die Initiative „Ich kann kochen!“ der Sarah Wiener Stiftung
 - Ackerbetrieb
 - Kräuterspiralen
 - Hochbeete
 - Kochangebote für die Kinder
 - Brotbacken
 - Marmeladen kochen
 - Teilnahme an „Kantinen-Werkstatt“ der Kantine Zukunft
 - FRÖBEL-Leitfaden für Küchenteams wird berücksichtigt

BRANDENBURGER KITAS

- **FRÖBEL-Kindergarten Sausewind**
Potsdam
 - Ca. 35% Bio-Anteil
 - Gewächshaus für Tomaten
 - Kräuterbeete
 - Hochbeete
 - Kochangebote für die Kinder
 - Smoothies zum Frühstück
 - Gemeinsames backen
 - Teilnahme an „Kantinen-Werkstatt“ der Kantine Zukunft
 - FRÖBEL-Leitfaden für Küchenteams wird berücksichtigt

- **FRÖBEL-Kindergarten Kinderland**
Ludwigsfelde
 - Ca. 55% Bio-Anteil
 - Genussbotschafter, ausgebildet durch die Initiative „Ich kann kochen!“ der Sarah Wiener Stiftung
 - Ackerbetrieb
 - Kräuterspiralen
 - Hochbeete
 - Kochangebote für die Kinder
 - Brotbacken
 - Marmeladen kochen
 - Teilnahme an „Kantinen-Werkstatt“ der Kantine Zukunft
 - FRÖBEL-Leitfaden für Küchenteams wird berücksichtigt

BRANDENBURGER KITAS

▪ FRÖBEL-Kindergarten Regenbogen

Frankfurt (Oder)

- Versorgt 4 weitere Einrichtungen in FFO
- Ca. 40% Bio-Anteil
- Kooperation mit „Ich kann kochen!“ der Sarah Wiener Stiftung
 - Ausflüge
 - Kochkurse
- 1x/Woche Bio-Gemüsekiste von PlantAge
- Ackerbetrieb
- Selbst gebackenes Brot 1x/Woche
- Großer Lehmofen im Garten
- FRÖBEL-Leitfaden für Küchenteams wird berücksichtigt

▪ FRÖBEL-Kindergarten Sausewind

Potsdam

- Ca. 35% Bio-Anteil
- Gewächshaus für Tomaten
- Kräuterbeete
- Hochbeete
- Kochangebote für die Kinder
 - Smoothies zum Frühstück
 - Gemeinsames backen
- Teilnahme an „Kantinen-Werkstatt“ der Kantine Zukunft
- FRÖBEL-Leitfaden für Küchenteams wird berücksichtigt

▪ FRÖBEL-Kindergarten Kinderland

Ludwigsfelde

- Ca. 55% Bio-Anteil
- Genussbotschafter, ausgebildet durch die Initiative „Ich kann kochen!“ der Sarah Wiener Stiftung
- Ackerbetrieb
- Kräuterspiralen
- Hochbeete
- Kochangebote für die Kinder
 - Brotbacken
 - Marmeladen kochen
- Teilnahme an „Kantinen-Werkstatt“ der Kantine Zukunft
- FRÖBEL-Leitfaden für Küchenteams wird berücksichtigt

FRÖBEL-LEITFADEN FÜR KÜCHENTEAMS

Was ist das?

- Richtet sich an Köchinnen, pädagogische Fachkräfte und Leitungskräfte
- Beschreibt das Bestreben **FRÖBELs** die Verpflegung der Kinder gesund 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, das individuell im Niveau gehoben werden kann.
 - Fisch und Fleisch im wöchentlichen Wechsel

Hier findet ihr den Leitfaden zum Download: <https://www.froebel-gruppe.de/publikationen/publikation/froebel-leitfaden-fuer-kuechenteams>



2019 WURDE DURCH DIE EAT-LANCET KOMMISSION DIE „PLANETARY 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 könnte

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



DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas

www.in-form.de | www.fitkid-aktion.de








DGE-QUALITÄTSSTANDARD

Grundlagen für eine attraktive, gesundheitsförderliche und nachhaltige Kitaverpflegung

- Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung stellt einen nationalen Verpflegungsstandard zur Verfügung, dessen Empfehlungen in die gleiche Richtung gehen, wie die Ergebnisse der Eat-Lancet-Studie
- Dieser Standard ist Grundlage des FRÖBEL-Leitfadens für Küchenteams

https://www.fitkid-aktion.de/fileadmin/user_upload/medien/DGE-QST/DGE_Qualitaetsstandard_Kita.pdf

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 Kartoffelzeugnisse	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 Kartoffelzeugnisse
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 Eier ³	 <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.



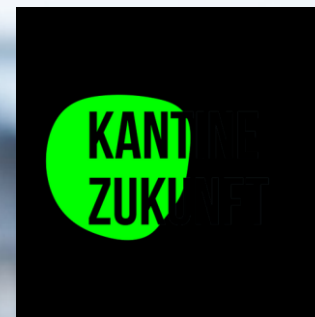
THEMEN DES LEITFADENS

- **Wir beschreiben Merkmale einer nachhaltigen Kitaverpflegung**
 - Lebensmittelversorgung
 - Müllvermeidung
 - 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
- Hier findet ihr den Leitfaden zum Download: <https://www.froebel-gruppe.de/publikationen/publikation/froebel-leitfaden-fuer-kuechenteams>



UNSERE PARTNER IN BERLIN UND BRANDENBURG

- Die Ernährungsinitiative von Sarah Wiener Stiftung und BARMER „Ich kann kochen!“
- **Acker Racker** – Das Bildungsprogramm von Acker e.V.
- **Kantine Zukunft**



Acker

Partner
2023



Die Ernährungsinitiative von
Sarah Wiener Stiftung und BARMER



FRÖBEL
Kompetenz für Kinder



LUST AUF MEHR FRÖBEL-IMPULSE ZUM THEMA ERNÄHRUNG?

- In der aktuellen Ausgabe **KINDgerecht – Magazin für frühkindliche Bildung (Nr.1 / Juli 2023)** dreht sich alles um **Mahlzeiten & Ernährung als nachhaltiges Bildungsmoment in Kitas**
- Hier könnt ihr einen **Blick in die Online-Ausgabe** werfen oder euch das Magazin **kostenlos bestellen**:

<https://www.froebel-gruppe.de/kindgerecht>



KINDgerecht
Magazin für
frühkindliche Bildung
Nr. 1 / Juli 2023

„Piep, piep, piep,
guten Appetit.“

Mahlzeiten
und Ernährung
als nachhaltiges
Bildungsmoment
in Kitas

A photograph of two young children playing on a rope bridge in a park. The child in the foreground is wearing a blue hat with white polka dots, a pink jacket, a purple scarf, purple pants, and yellow boots. They are holding onto the ropes of the bridge and looking towards the camera with an open mouth. Another child in a blue patterned jacket and pink pants is visible behind them. 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