

Stellungnahme der AWO Rhein-Oberberg zum Verpflegungssystem „Cook & Serve“ (Frischküche)

Ernährung hat einen entscheidenden Einfluss auf die körperliche und geistige Entwicklung von Kindern und ist somit im Alltag einer Kindertagesrichtung von großer Bedeutung. In der **ESKIMO Studie** hat das RKI Daten darüber veröffentlicht, dass z.B. gerade jüngere Kinder zu viel Kohlenhydrate essen und sich ungesund ernähren. Eine frühe Beschäftigung mit dem Thema gesunde Ernährung kann hier Werte fürs Leben vermitteln, die sich nachhaltig und langfristig auf die Gesundheit auswirken. Gerade die ersten Lebensjahre sind entscheidend für das Ernährungsverhalten.

Da heute viele Kinder auch die Mittagszeit in der Kita verbringen, gehört ein warmes Mittagessen auch zum Kita-Alltag. Eltern können aufgrund der Berufstätigkeit für ihr Kind oft unter der Woche nicht selber kochen und legen daher großen Wert auf ein frisch zubereitetes Mittagessen „wie zu Hause“. In der Zubereitungsküche werden alle Gerichte vor Ort selbst zubereitet und ausgegeben (Cook & Serve). Die Eigenversorgung hat gerade im Kitabereich viele Vorteile (s. Leitfaden Frischküche in der Kita: Selbst kochen in der Kita – so geht’s! Einführung von Frisch-/Mischküche mit BioRegio-Lebensmitteln; Fachzentrum Ernährung/Gemeinschafts-verpflegung Unterfranken, Seite 11):

- Die Speisen werden frisch zubereitet und behalten ihre Qualität, da die Standzeiten und Transportwege kurz gehalten werden können.
- Die Kostenkontrolle liegt in eigener Hand
- Bei der Eigenversorgung kann ein hoher Anteil an regionalen und/oder ökologisch erzeugten Produkten verwendet werden.
- Selbst gekochtes Mittagessen ist für viele Eltern ein wichtiges Auswahlkriterium für die Kita.
- Wünsche und Anregungen sind leicht umzusetzen, Ernährungseinschränkungen einzelner Kinder können gezielt berücksichtigt werden, der Einfluss auf die Qualität ist unmittelbar möglich.
- Die Kinder erleben eine größere Wertschätzung der Lebensmittel durch die tägliche Beobachtung der Speisenzubereitung („wie zu Hause“).
- Kinder lernen die Vielfalt an Lebensmitteln kennen, ergänzend zum häuslichen Angebot.
- In den ersten 3 bis 6 Jahren werden Geschmacks- und Geruchswahrnehmungen besonders nachhaltig geprägt; die Kinder erleben Geschmacksvielfalt und positive Beispiele an Essgewohnheiten werden unbewusst übernommen.

- Das ernährungspädagogische Konzept lässt sich gut mit dem Verpflegungsangebot verknüpfen.

Außerdem kann das „Selbst Kochen“ als Bestandteil des pädagogischen Konzepts einer Kita gesehen werden.

- Kinder lernen, den Wert von Lebensmittel zu schätzen.
- Kinder sind am Einkauf beteiligt, z.B. beim Besuch am Wochenmarkt oder der Gärtnerei. Sie bekommen dadurch einen Bezug zum Weg der Lebensmittel vom Erzeuger über den Handel in die Küche
- Kinder lernen die Lebensmittel kennen, die auch in der Kita für das Mittagessen verwendet werden; z.B. Kräuter aus einem Kräuterbeet
- Kinder sind z.B. durch Kinderkonferenzen (Partizipation) bei der Speiseplanung beteiligt.
- Kinder helfen beim Kochen.
- Kinder erleben den Duft von frisch gekochtem Essen.

Dabei sind alle Sinne angesprochen – eine olfaktorische, auditive und haptische Sinneserfahrung ist wertvoll für die Entwicklung und wirkt Stress entgegen (Resilienz-Konzept).

Auch für das weitere Spiel ist das kennenlernen von Küche und Kochen wertvoll. Erlebnis Küche, Kennenlernen von Produkten, probieren von Rohprodukten während der Zubereitung.

Häufig ist die Köchin/ der Koch eine besondere Bezugsperson, die geachtet und geschätzt wird. Die gute Seele des Hauses, die sich um das kulinarische Wohl kümmert (Tee kochen, Festtagskuchen und Plätzchen backen für Feste, ...).

Ein weiterer Aspekt ist, dass Lebensmittel nicht verschwendet werden und am kommenden Tag wiederverwendet werden können. Dies ist ein gutes Beispiel für Nachhaltigkeit.

Auch die hohe Flexibilität, kurzfristig auf Änderungen reagieren zu können, bietet ein selber kochen in der Kita. Ein großer Einfluss auf das Speiseangebot (Allergiker, Schwerpunktsetzungen, wie z. B. Palmölfreies Kochen) sind dadurch möglich. Einsparung von Co2 durch Verzicht auf Anlieferung und Verwendung von Produkten, die eine weite Reise hinter sich haben, sind dadurch möglich.

Diese Art der Verpflegung in der Kita bedingt allerdings das qualifizierte Personal vorhanden ist, einen höheren Platzbedarf und anfänglich relativ hohe Investitionskosten (Raum und Ausstattung). Aber jedes der Verpflegungssysteme (Aufbereitungsküche oder Ausgabeküche) hat verschiedene Vor- und Nachteile.

Für die noch in Planung befindliche Kita müssen jetzt die Weichen gestellt werden, um später frisch kochen zu können. Insgesamt entstehen u.a. für Lüftungs- u.; Fettabscheideranlage, zusätzliche Elektroinstallationsarbeiten und für die

Ausstattung im Vergleich zu einer Ausgabeküche Mehrkosten i.H.v. 196.235 Euro, die die AWO aus Eigenmitteln nicht tragen kann.

Die AWO kocht in allen Bergisch-Gladbach betriebenen Kitas frisch und hat damit seit Jahren sehr gute Erfahrungen gemacht. Insgesamt ist das Konzept „Kochen in der Kita“ für die Kinder und deren Entwicklung sehr wertvoll und sicherlich daher für Eltern auch ein wichtiges Kriterium bei der Wahl der Kita.