

Baustein 2

„Speiseplanung nach dem Qualitätsstandard der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) für die Verpflegung in Kitas und Schulen“

Mögliche Lehr- und Lernziele

Die Studierenden:

- erschließen sich die Empfehlungen der DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in Kitas bzw. Schulen.
- ermitteln die Lebensmittelgruppen, die zu einem gesundheitsförderlichen und nachhaltigen Verpflegungsangebot gehören.
- analysieren die Häufigkeitsempfehlungen für die Mittagsverpflegung in einer Verpflegungswoche und können Lebensmittel(gruppen) nennen, die zur optimalen Auswahl gehören.
- sind in der Lage, Mahlzeiten und Speisepläne hinsichtlich der Empfehlungen zu überprüfen und Stärken und Schwächen der Speisepläne herauszustellen.
- gestalten Speisepläne/Mahlzeiten nach den Empfehlungen. (*Zusatzaufgabe*)

Umfang: ca. 2-3 Zeitstunden (ca. 3-4 Unterrichtsstunden á 45 Minuten)

Was wird benötigt? Was ist hilfreich?

- WLAN in den Räumlichkeiten, mobile Endgeräte (*alternativ:* Medienraum)
 - Vorlage Speisepläne
 - Vorlage Checkliste
 - Medien:
 - DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas
www.dge-medianservice.de/gemeinschaftsverpflegung/fit-kid.html
 - DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen
www.dge-medianservice.de/gemeinschaftsverpflegung/schule-essen-note-1.html
- Bestellung kostenlos, gegen Versandkosten
- Materialien für die Darstellung von Arbeitsschritten z. B. Stifte, Kärtchen (rot, gelb, grün), Flipchart-Papier, Pinnwand



Möglichkeiten der Umsetzung des Lernangebotes

Hinweise zur Umsetzung des Lernangebotes

Die Aufgaben und die dazugehörigen Arbeitsformen sind als Vorschläge zu verstehen und können je nach Rahmenbedingungen und Voraussetzungen der Studierenden angepasst werden. Die Vorlagen der Speisepläne sind für 4 Arbeitsgruppen mit jeweils 4-6 Personen vorgesehen. Teile der Aufgaben können sowohl im Unterricht bearbeitet, als auch als Hausaufgabe gegeben werden.

Zur Einstimmung in den Baustein kann mit den Studierenden über Ihre bisherigen Erfahrungen mit der Mittagsverpflegung in der Kita/OGS gesprochen werden. Dabei kann sowohl nach den eigenen Erfahrungen als Kind, als auch nach den Erfahrungen in Ihrer Praxiszeit gefragt werden.

Nehmen/Nahmen Sie am Mittagessen teil? Wurden positive oder negative Erfahrungen gesammelt? Auch bei der Bearbeitung der Aufgaben sowie bei der Vorstellung der Arbeitsergebnisse (insbesondere bei den Aufgaben zu Speiseplänen aus der Praxiszeit) können Gespräche über eigene Erfahrungen angeregt werden.

Hinweis zur Bearbeitung der Aufgaben während der Praxiszeit

Für die Bearbeitung der Aufgaben während der Praxiszeit wird **mindestens ein 4-Wochen-Speiseplan** aus der Einrichtung, in der die Studierenden (aktuell) Ihre Praxiszeit absolvieren, benötigt. Die Speisepläne können kopiert oder fotografiert werden. Die Speisepläne aus den Einrichtungen werden anstelle der Vorlage Speisepläne verwendet und die Aufgaben können damit sowohl in Einzelarbeit, in Partnerarbeit, als auch in Gruppenarbeit bearbeitet werden.

Links für die Bearbeitung der Aufgaben im Setting Kita

<https://www.dge.de/gemeinschaftsgastronomie/dge-qualitaetsstandards/>

www.fitkid-aktion.de/startseite/

www.fitkid-aktion.de/dge-qualitaetsstandard/film-dge-qualitaetsstandards/

www.fitkid-aktion.de/dge-qualitaetsstandard/gestaltung-der-verpflegung/speiseplanung/online-speiseplancheck/

Links für die Bearbeitung der Aufgaben im Setting offene Ganztagschule (OGS)

<https://www.dge.de/gemeinschaftsgastronomie/dge-qualitaetsstandards/>

www.schuleplusessen.de/startseite/

www.schuleplusessen.de/dge-qualitaetsstandard/film-dge-qualitaetsstandards/

<https://www.schuleplusessen.de/dge-qualitaetsstandard/gestaltung-der-verpflegung/speiseplanung/online-speiseplancheck>



Berufliche Handlungssituation in einer Kita

Sie sind seit einiger Zeit als Mitarbeiter:in in der Kita St. Josef beschäftigt. Die Kita befindet sich in Dinslaken in einem Stadtteil mit Bewohner:innen verschiedenster Kulturen. Das Konzept der Kita sieht regelmäßige Aktionen zur Ernährungsbildung vor. Die Einrichtung ist darüber hinaus auch ausgezeichnet als anerkannter Bewegungskindergarten mit dem Pluspunkt Ernährung.

Ihre Kollegin ist Gruppenleitung und zusätzlich auch Verpflegungsbeauftragte. Als Verpflegungsbeauftragte entlastet sie die Kita-Leitung und kümmert sich überwiegend eigenständig um die Bestellung der Mahlzeiten und die Einkäufe für die Zwischenverpflegung. Mit dem aktuellen Caterer ist die Kita unzufrieden, da dieser nicht auf die Wünsche der Kinder, Eltern und der Erzieher:innen eingeht und die Speisepläne auch nicht den Empfehlungen für eine gesundheitsförderliche und nachhaltige Ernährung nach dem Qualitätsstandard der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) für die Verpflegung in Kitas entsprechen. Da der aktuelle Vertrag mit diesem Caterer Ende des Jahres ausläuft, soll ein neuer beauftragt werden. Die Verpflegungsbeauftragte hat bereits Lieferanten aus der näheren Umgebung angeschrieben und um die Zusendung von Angeboten und Speiseplänen gebeten.

Die Speisepläne der angefragten Caterer sollen nun angeschaut und dabei überprüft werden, ob diese den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) entsprechen. Ihre Kollegin bittet Sie um Unterstützung, da sie es alleine zeitlich nicht schafft sich alle Speisepläne genauer anzuschauen.

Berufliche Handlungssituation in einer offenen Ganztagschule (OGS)

Sie sind seit einiger Zeit als Erzieher:in in der Ganztagsbetreuung der örtlichen Gemeinschaftsgrundschule beschäftigt. Die Schule befindet sich in Dinslaken in einem Stadtteil mit Bewohner:innen verschiedenster Kulturen. Das Konzept des offenen Ganztages sieht regelmäßige Aktionen zur Ernährungsbildung vor. Das tägliche Mittagessen wird von einem örtlichen Caterer warm angeliefert und wird bis zum letzten Tischgast warm gehalten.

Die OGS-Leitung kümmert sich um die Bestellung der Mahlzeiten und die Einkäufe für die Zwischenverpflegung. Mit dem aktuellen Caterer ist die Schule unzufrieden, da dieser nicht auf die Wünsche der Kinder, Eltern und der Erzieher:innen eingeht und die Speisepläne auch nicht den Empfehlungen für eine gesundheitsförderliche und nachhaltige Ernährung nach dem Qualitätsstandard der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) für die Verpflegung in Schulen entsprechen. Da der aktuelle Vertrag mit diesem Caterer Ende des Jahres ausläuft, soll ein neuer beauftragt werden. Die OGS-Leitung hat bereits Lieferanten aus der näheren Umgebung angeschrieben und um die Zusendung von Angeboten und Speiseplänen gebeten.

Die Speisepläne der angefragten Caterer sollen nun angeschaut und dabei überprüft werden, ob diese den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) entsprechen. Die OGS-Leitung bittet Sie um Unterstützung, da sie es alleine zeitlich nicht schafft sich alle Speisepläne genauer anzuschauen.



Aufgaben für den Vertiefungsbereich als Gruppenarbeit sowie für die Bearbeitung während der Praxiszeit für Kita und OGS:

Überprüfen Sie Speisepläne anhand der Empfehlungen der DGE.

1. **Informieren:** Schauen Sie sich den DGE-Qualitätsstandard genauer an. Achten Sie hierbei auf die entsprechende Altersgruppe. Schauen Sie sich insbesondere die Empfehlungen in Bezug auf die Lebensmittelauswahl und -häufigkeiten für die Mittagsverpflegung (Kapitel 3 und 4) an und beantworten Sie folgende Fragen:
 - a. Welche Lebensmittelgruppen gehören zu einem gesundheitsförderlichen und nachhaltigen Verpflegungsangebot und welche Lebensmittel werden jeweils als optimale Auswahl empfohlen?
 - b. Welche Vorteile haben Vollkornprodukte gegenüber Produkten aus Auszugsmehlen?
 - c. Was sind Kartoffelerzeugnisse und warum sollten Sie nicht zu oft auf dem Speiseplan stehen?
 - d. Warum sind Hülsenfrüchte in der Kita- und Schulverpflegung empfehlenswert?
 - e. Was bedeutet Stückobst und warum wird es empfohlen?

→ Halten Sie Ihre Antworten schriftlich fest.
2. **Planen:** Bilden Sie Gruppen (4-6 Personen) und überlegen Sie gemeinsam, wie Sie bei der Überprüfung des Speiseplans vorgehen wollen.

→ Schauen Sie sich dafür die Vorlage Checkliste an und klären Sie mögliche noch offene Fragen in Bezug auf die dort aufgelisteten Kriterien.

→ Überlegen Sie, wie Sie die Abweichungen zu den Empfehlungen sowie die Beurteilung des Speiseplans darstellen können (z. B. auf einem Plakat, mit Hilfe von Kärtchen etc.).
3. **Entscheiden** Sie, wie Sie sinnvoll vorgehen und Ihre Ergebnisse darstellen wollen. Beraten Sie sich bei Bedarf mit der Lehrkraft.
4. **Ausführen:** Überprüfen Sie den **Speiseplan** mit Hilfe der **Checkliste**. Stellen Sie heraus und halten Sie fest, welche Empfehlungen des DGE-Qualitätsstandards bei dem Speiseplan gut, weniger gut oder gar nicht umgesetzt wurden.
5. **Kontrollstufe:** Stellen Sie der Klasse vor, was bei dem von Ihnen bearbeiteten Speiseplan gut bzw. nicht gut umgesetzt wurde.

Vergleichen Sie die Ergebnisse der verschiedenen Gruppen und wählen Sie gemeinsam den Speiseplan/die Speisepläne aus, der den Empfehlungen am besten entspricht.
6. **Bewertung:** Reflektieren Sie Ihre eigene Arbeitsweise. Was lief bei der Bearbeitung der Aufgaben gut, was können Sie in Zukunft noch besser machen?

Zusatzaufgabe zu Aufgabe 4:

Überlegen Sie bei den Speiseplänen/Mahlzeiten, die nicht den Empfehlungen entsprechen, wie diese verbessert werden können. Ergänzen Sie Ihre Vorschläge an den entsprechenden Stellen in den Speiseplänen.

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

verbraucherzentrale
Nordrhein-Westfalen