



Verpflegungskonzept Tagesschule Büren an der Aare

1. Einleitung

Am Mittagstisch in der Tagesschule können die Kinder und Jugendlichen Gemeinschaft erleben und eine ausgewogene Mahlzeit geniessen. Wir tragen dazu bei, sie in ihrer sozialen, körperlichen und psychischen Entwicklung zu unterstützen.

2. Leitsätze

- ***Die Verpflegung in der Tagesschule sehen wir als eine Chance, den Kindern und Jugendlichen eine ausgewogene, saisonale und altersgerechte Ernährung nahezubringen***
- Die Mahlzeiten sollen in angenehmer und wertschätzender Atmosphäre eingenommen werden
- Wir richten unsere Mahlzeiten nach anerkannten Ernährungsgrundsätzen aus
- Bei der Menüplanung wird die saisonale, ökologische und kulturelle Vielfalt berücksichtigt
- Zum Kennenlernen werden immer wieder neue Gerichte angeboten
- Wir nehmen bei der Menüplanung Rücksicht auf die Wünsche und Anregungen aller Beteiligten (Kinder, Betreuungsteam, Eltern und Köchinnen)
- Das Hygienekonzept wird gemäss Vorgaben eingehalten
- Wir verpflichten uns zu einem kostenbewussten Umgang mit den vorhandenen finanziellen Mitteln

3. Unser Ernährungsfahrplan



Getränke

Wasser, leicht gesüsster Tee

Früchte und Gemüse

Saisonale Früchte und Gemüse werden täglich in der Mittagsmahlzeit integriert, frische Früchte und Gemüse werden auch beim Zvieri angeboten

Getreide, Kartoffeln und Hülsenfrüchte

Getreideprodukte, Vollkornprodukte und Kartoffeln liefern wichtige Kohlenhydrate

Fleisch, Eier, Milchprodukte

Wir bieten abwechslungsreiche Fleischgerichte an. Einmal pro Woche gibt es ein fleischloses Menü mit einer optimalen Eiweissergänzung. Wir bevorzugen Schweizerfleisch aus artgerechter Haltung.

Fette, Öle und Nüsse

Bei der Zubereitung der Speisen werden ausschliesslich hochwertige Öle oder Butter verwendet.

Nüsse ergänzen das Zvieri.

Süssigkeiten

Ein kleines Dessert gehört bei uns beim Menü dazu. Wir achten auf einen geringen Einsatz von zuckerhaltigen Speisen, auch beim Zvieri. Das Zvieri darf auch einmal salzig sein.

Das gemeinsame Essen in der Tagesschule soll in einer angenehmen Atmosphäre Freude am Essen vermitteln.

Rituale und klare Abläufe geben Sicherheit und fördern eine ruhige Stimmung.

Wir motivieren die Kinder und Jugendlichen auch neue Gerichte zu probieren.

Wünsche, Fragen und Meinungen zur Menüplanung werden aktiv eingeholt.



Quellennachweis

PEP- Gemeinsam essen; www.pepinfo.ch- Projekte PEP- Gemeinsam essen-
Prävention von Essstörungen

Schweizerische Gesellschaft für Ernährung

Eigerplatz 5

3007 Bern

www.sge-ssn.ch

Die Ernährungspyramide

Verein Berner Tagesschulen vbt

Postfach

3001 Bern

www.bernertagesschulen.ch