

Aus TPS 1/08: Angerichtet: Essen in der Kita (S. 38-40)

Theorie und Praxis der Sozialpädagogik. Leben Lernen und Arbeiten in der Kita. Seelze: Kallmeyer bei Friedrich

Franziska Schubert-Suffrian

Krabben auf Vollkornbrot waren der Renner!

Kinder, die selbst bestimmen, essen abwechslungsreich

Die AWO Kindertagesstätte Bollerwagen im Innenstadtbereich Neumünsters besuchen zur Zeit 72 Kinder im Alter von 1-6 Jahren. Sie kommen aus ganz verschiedenen Gesellschafts- und Bildungsschichten sowie unterschiedlichen Kulturen.

Um den vielfältigen Bedürfnissen der Kinder gerecht werden zu können, arbeitet die Kita seit 2004 gemeinsam mit Kindern und Eltern an einem partizipativen Bildungskonzept. Dazu gehören Kinderkonferenzen der Stammgruppen, ein Kinderparlament, eine Verfassung, die Kindern ein Mitspracherecht garantiert und offene Angebotsstrukturen. Weil es die Grundlage ihrer Kita-Arbeit ist, nicht *für* die Kinder, sondern vielmehr *mit* den Kindern Angebote und Strukturen im Haus zu gestalten, wurde auch die Essenssituation neu beleuchtet.

Ende 2004 standen wir vor der Situation, dass manche Kinder nur wenig aßen, obwohl wir uns Mühe gaben, die Atmosphäre liebevoll zu gestalten. Die Unzufriedenheit über diesen Zustand wurde von Kindern, Mitarbeitern und Eltern immer deutlicher geäußert.

Um den individuellen Bedürfnissen der Kinder mehr gerecht werden zu können, wollten wir ein partizipatives Ernährungskonzept entwickeln, das auf den Dialog mit den Kindern und ihren Familien baut.

Bei den Diskussionen mit Team und Hauswirtschaftsleiterin kristallisierten sich schnell drei Kernfragen heraus.

1. Wie können wir noch mehr auf die Wünsche der Kinder eingehen?
2. Wie kann sich das einzelne Kind jede Mahlzeit individuell zusammenstellen?
3. Wie vermeiden wir, dass Beteiligung der Kinder einen Speiseplan schafft, der nur aus „Naschis“ und „Pommes“ besteht?

Unsere ersten Änderungsvorschläge betrafen das Frühstück. Gemeinsam mit Kindern und Eltern wurde ein zentrales Frühstücksrestaurant geschaffen, indem alle Kinder der Einrichtung in der Zeit von 7.30 Uhr bis ca 10.30 Uhr „gleitend“ frühstücken können.

Bei den Gruppenkonferenzen wurde schnell deutlich, dass die Kinder unsere bisherige Einteilung in „Brottag“, „Müsli und Kornflakestag“ „Brötchentag“ usw. abwählten. Es sollte nun immer alles geben. Erwachsene und Kinder einigten sich auf eine Basispalette an Zutaten. Konkret sollte es immer Brot, Müsli und Kornflakes, Milch und Joghurt geben. Als Brotaufstrich sollten Marmelade und Honig oder Sirup, sowie Käse und Wurst (türkische Wurst auf blauen Tellern) vorhanden sein. Als Getränke wurden wie bisher Mineralwasser, Tee oder Schorle gereicht. Einmal in der Woche sollte es Brötchen geben.

Befürchtungen bestätigten sich nicht

Die nächste Frage war: Lässt sich das alles von 10,00 € pro Kind im Monat finanzieren? Kinder und Erwachsene vereinbarten einen Probemonat. Nach dessen Ablauf zeigte sich, dass wir mit dem Geld auskommen würden. Durch den Wegfall der unterschiedlichen Frühstücksangebote in den Gruppen reduzierten sich die weggeworfenen Lebensmittel erheblich. So mussten wir von allem weniger einkaufen und konnten damit das vielseitige Buffett finanzieren.

Erstaunlicherweise entschieden sich die Kinder nicht für *Toastbrot mit abgeschnittener Rinde und fingerdick Nutella*, wie wir insgeheim befürchtet hatten, sondern wählten sehr individuell. Lachscreme oder Krabbensalat auf Vollkornbrot war einige Wochen lang der Favorit vieler Kinder. Insgesamt ließ sich beobachten, dass die Kinder eine gesunde Mischkost wählten, von einigen wenigen Ausnahmen abgesehen.

Nach etwa vier Monaten gab es in einer Gruppenkonferenz die Forderung: „Wir wollen anderes Brot!“ In den Gruppenkonferenzen besprachen die Kinder untereinander ihr Anliegen. „Das Brot schmeckt nicht gut, wir wollen was ohne diese Körner!“ Gemeinsam wurde dann beschlossen, dass vier Kinder mit einer Mitarbeiterin den Bäcker, der uns belieferte, besuchen sollten, um dort neues Brot auszusuchen. Es ergab sich dabei, dass die Kinder nicht - wie befürchtet - nur Weißbrot aussuchten, sondern sich für Graubrot, Sonnenblumenbrot, Vollkornbrot und sogar Schwarzbrot entschieden.

Nach diesen Erfahrungen wollten die Kinder auch bei anderen Lebensmitteln immer mehr mitbestimmen. Obst und Gemüse wurden im Rahmen des offenen Angebotes schon eine ganze Weile auf dem Markt eingekauft. Inzwischen hatte die Kita einen Lieblingsstand, an dem Kinder und Erwachsene alles probieren durften und manchmal harte Preisverhandlungen gerade mit den älteren Kindern zu beobachten waren.

Ein anderes offenes Angebot war das Kochen. Ein bis zwei mal wöchentlich hatten die Kinder die Möglichkeit zu backen, Obstsalat zu schnippeln, einen Brotaufstrich zuzubereiten und vieles mehr.

Gemeinsam mit einer Kollegin entwickelten die Kinder darüberhinaus eine Möglichkeit, auch beim Großhandelseinkauf mitzubestimmen. Die Mitarbeiterin fotografierte eine große Auswahl von Lebensmitteln. Aus den Fotos gestaltete sie gemeinsam mit den Kindern eine Mappe. Aus dieser Mappe wurde dann der Wocheneinkauf zusammengestellt. Die Kinder konnten so immer mehr mitbestimmen, was auf den Tisch kam. Andere Nahrungsmittel und kulturelle Essgewohnheiten konnten von allen Kindern ausprobiert werden, und auch wir Erwachsenen lernen immer wieder Neues kennen.

Grundlage für unser Frühstück war und blieb trotzdem eine gesunde Mischkost. Wir Erwachsenen haben uns gemeinsam mit der Hauswirtschaftsleiterin mit gesunder Ernährung beschäftigt, um den Kindern eine Auswahl anbieten zu können. Produkte, die für viele Kinder einen hohen Genusswert haben, aus ernährungsphysiologischer Sicht jedoch ungünstig sind, werden bei unserem Frühstück nur gelegentlich eingesetzt. Nicht alles, was es im Großhandel zu kaufen gibt, erscheint in unserer „Einkaufsmappe“.

Dieses Basis-Frühstücksbuffet wird von den Kindern immer selbstbewusster mit eigenen Vorschlägen ergänzt und es entstand ein abwechslungsreiches Frühstück, das von den Kindern sehr gut angenommen wird. Die Kinder bestimmen auch selbst, wann sie essen möchten, nämlich dann, wenn sie hungrig sind. Sie müssen ihr Spiel nicht unterbrechen und organisieren sich zum passenden Zeitpunkt selbstständig ihre Tischnachbarn und gestalten die Mahlzeit.

Die Eltern haben wir während des Prozesses immer wieder an themenbezogenen Elternabenden oder bei Stammtreffungen mit einbezogen. Kritik gab es dabei vor allem an dem Wahlrecht

der Kinder. Die Befürchtungen der Eltern, dass ihre Kinder nicht oder nur sehr wenig frühstücken, haben wir ernst genommen und gemeinsam mit ihnen Regelungen im Alltag getroffen. Zum Beispiel zeigt ein akustisches Signal die „letzte Chance zum Frühstück“ an, oder es gibt für jüngere Kinder die Möglichkeit, sich ihr Frühstück in ihre vertraute Stammgruppe zu holen.

Seltsame Zusammenstellungen sind möglich

Parallel wurde von Kindern und Mitarbeitern auch das Mittagessen umgestaltet. Die Kinder mischten sich auch hier selbstbewusst ein. Zu Beginn gab es einen von unserer Hauswirtschaftsleiterin entwickelten Fragebogen, mit dem die einzelnen Bestandteile des Mittagessens von den Kindern bewertet werden konnten. Bei einem freundlichen, einem neutralen und einem negativen Smiley konnten die Kinder jeweils ihr Kreuz machen. Dabei kam raus, dass alles was „vermischt“ war, also aus mehreren Bestandteilen zusammengesetzt war, bei den Kindern nicht so gut ankam. „Ich mag die Wurst und den Käse auf der Pizza. Die Paprika ist eklig!“ So entstand nach und nach ein Mittagessen, das von den Kindern ganz individuell aus einzelnen Komponenten (wie z.B. Kartoffeln, Nudeln, Soße, Fleisch, Rohkost, gedünstetes Gemüse und Nachtisch) zusammengesetzt werden konnte. Manche Kinder entwickelten dabei für uns Erwachsene eher ungewöhnliche Zusammenstellungen: Pfannkuchen mit Tomatensoße und/oder Vollkornnudeln mit Apfelkompott - auch das war möglich.

Um Kindern und Erwachsenen den Speiseplan näher zu bringen, haben wir gemeinsam einen visuellen Speisefotoplan gestaltet. Er zeigt gleich im Eingangsbereich, welche Nahrungsmittel es heute zum Mittag gibt. Auch die inzwischen eingeführten „Wunschwochen“ der einzelnen Stammgruppen werden auf diesem Speiseplan für alle sichtbar aufgehängt.

Durch den intensiven Prozess der Umgestaltung des Speiseplanes in unserer Kita ist die Ernährung in den Blickpunkt von Kindern, Mitarbeitern und Eltern gerückt. Wir Erwachsene mussten lernen zuzulassen, dass die Kinder ihre Speisen auswählen und selbst entscheiden, was sie probieren. Im Umgang mit Lebensmitteln, Essenssituationen und Esskulturen sind Kinder und Erwachsene deutlich fitter geworden. Neumünster belegt leider einen traurigen Rekord: Dort sind statistisch die einzuschulenden Kinder die dicksten von ganz Schleswig-Holstein. Durch unser Konzept leisten wir nun einen wichtigen Beitrag zur Übergewichtsprävention. Aber auch Suchtprävention und Wahrnehmungsförderung spielen darin eine große Rolle.

Unserem Ziel, den Kindern abwechslungsreiche Mahlzeiten anzubieten, sind wir ein damit ein gutes Stück näher gekommen.

Franziska Schubert-Suffrian ist Leiterin der Kita Bollerwagen in Neumünster.