



ERNÄHRUNGSBERATUNG RHEINLAND-PFALZ

Die Ernährungsberatung der Dienstleistungszentren Ländlicher Raum (DLR) ist eine Einrichtung des Ministeriums für Umwelt, Landwirtschaft, Ernährung, Weinbau und Forsten des Landes Rheinland-Pfalz.

Wir informieren Multiplikatoren und Verantwortliche für die Verpflegung über Grundlagen und praktische Umsetzung einer gesunden Ernährung. Unsere Fachkräfte vermitteln Ernährungswissen so, dass es für jeden im Alltag unkompliziert umsetzbar ist.

Besonderen Wert legen wir auf die Verwendung regionaler Produkte. Denn wer beim Einkauf bewusst auf Qualität, Regionalität und Saisonalität achtet, leistet einen wichtigen Beitrag zu einer nachhaltigen Ernährung.

KONTAKT

DLR Westerwald-Osteifel
Bahnhofstr. 32
56410 Montabaur
Tel.: 02602 / 9228-0

DLR Eifel
Brodenheckstr. 3
54634 Bitburg
Tel.: 06561 / 9480-0

DLR Rheinpfalz
Breitenweg 71
67435 Neustadt
Tel.: 06321 / 671-0

DLR Mosel
Görresstr. 10
54470 Berncastel-Kues
Tel.: 06531 / 956-0

DLR Rheinhessen-Nahe-Hunsrück
Rüdesheimer Str. 60-68
55545 Bad Kreuznach
Tel.: 0671 / 820-0

DLR Westpfalz (Kaiserslautern)
Neumühle 8
67728 Münchweiler/Alsenz
Tel.: 06302 / 9216-0

Internet: www.ernaehrungsberatung.rlp.de
E-mail: ernaehrungsberatung@dlr.rlp.de

ESSEN UND TRINKEN IN KINDERTAGESSTÄTTEN

Seminarreihe für Hauswirtschaftskräfte
und Erzieher/innen



ESSEN UND TRINKEN IN KINDERTAGESSTÄTTEN

Viele Kinder verbringen eine immer längere Zeit in Tageseinrichtungen. Die Kita übernimmt vermehrt traditionell familiäre Aufgaben, wozu auch Essen und Trinken gehören. Ein leckeres und gleichzeitig vollwertiges Essen macht Kinder froh und schafft die Grundlage für eine gesunde geistige und körperliche Entwicklung.

Gesundheitsfördernde Ernährung soll nicht nur auf dem Speiseplan stehen, sondern auch in der Gemeinschaft gelebt werden. Sie kann in vielen Bereichen des pädagogischen Alltags der Kita präsent sein. Fähigkeiten und Fertigkeiten für ein ernährungsbewusstes Leben werden im Lernort Kita erworben.

In einer **5-teiligen Seminarreihe** bieten die Fachkräfte der Ernährungsberatung Rheinland-Pfalz praxisorientiertes Fachwissen zur Ernährung und Verpflegung in Kindertagesstätten an.

Eingeladen sind:

- Hauswirtschaftskräfte und externe Essensanbieter
- Erzieher/innen

SEMINARINHALTE

Baustein 1:

Lebensmittel bedarfsgerecht auswählen

Vollwertige Kinderernährung (einschl. Empfehlungen für Unter-3-Jährige), DGE-Qualitätsstandard und Umsetzung, Checklisten

Baustein 2:

Speisen kompetent planen

Speisenplanung, Nährwertberechnung, Vegetarische Ernährung, Kennzeichnung, Berücksichtigung von Lebensmittelunverträglichkeiten

Baustein 3:

Küchenpraxis rationell gestalten

Bewirtschaftungs- und Verpflegungssysteme, Convenience-Produkte, Bio- und Regionale Produkte, Einkauf, rationelle Arbeitsabläufe

Baustein 4:

Hygienevorschriften verantwortungsvoll umsetzen

Lebensmittelhygiene, Hygieneschulung nach DIN 10514, Infektionsschutzgesetz

Baustein 5:

Gesundheitsbewusstes Essen professionell fördern

Vollwertige Kinderernährung, Kita als Lernort, Essverhalten, Umgang mit schwierigen Essern, Elternarbeit

ORGANISATORISCHES

Die Bausteine werden an verschiedenen Standorten in Rheinland-Pfalz durchgeführt. Sie können insgesamt oder einzeln gebucht werden.

Aktuelle Termine entnehmen Sie dem Veranstaltungskalender im Internet www.ernaehrungsberatung.rlp.de

Auskunft und Anmeldung: bei den Dienstleistungszentren Ländlicher Raum.

Kosten incl. Verpflegung: 20,00 € für ganztägige Veranstaltungen 10,00 € für halbtägige Veranstaltungen.

Über jeden Seminarteil gibt es eine Teilnahmebescheinigung.

