KINDERKRIPPE & HORT

Villa Wunderchischte

# Ernährungskonzept

Stand & Gültigkeit: 11.05.2026

Version: 1.7

KINDERKRIPPE & HORT
Villa Wunderchischte

# Inhaltsverzeichnis


1. LEITSATZ ..... 3
2. BIO PRODUKTE UND MÖGLICHST GROSSER VERZICHT AUF INDUSTRIEZUCKER ..... 3
2.1 Was gehört zum Industriezucker und welche Alternativen nutzen wir ..... 3
3. ESSENSZEITEN DER VILLA WUNDERCHISCHTE ..... 4
4. DER EINKAUF ..... 4
4.2 Pasta Röthlin AG «Kernser» Teigwaren ..... 4
5. DIE MAHLZEITEN ..... 4
5.1 Das Frühstück ..... 5
5.2 Zwischenmahlzeiten (Znüni / Zvieri) ..... 5
5.3 Jahreszeitenrituale ..... 5
5.4 Das Mittagessen ..... 5
5.5 Rohkost am Abend ..... 6
6. KRITERIEN FÜR DIE MENÜPLANGESTALTUNG ..... 6
7. VORBEREITUNG ..... 7
7.1 Umgang mit riskanten Lebensmitteln für Kleinkinder ..... 8
7.2 So beugen wir dem Risiko vor ..... 8
8. PÄDAGOGISCHE GEDANKEN ZUM ESSEN ..... 8
9. VERHALTEN DER BETREUER*INNEN ..... 9
10. BABYNAHRUNG ..... 9
10.1 Schoppennahrung ..... 9
10.2 Bio-Beikost ..... 10
11. ALLERGIEN UND UNVERTRÄGLICHKEITEN ..... 10
12. UMGANG MIT RELIGIONEN / ERNÄHRUNGSEINSTELLUNGEN ..... 10
13. «ERNÄHRUNGSBEWUSSTE & BEWEGUNGSFREUNDLICHE KINDERTAGESSTÄTTE» ..... 10
14. VERSION & MUTATIONEN ..... 11

## 1. Leitsatz

Für uns ist Essen mehr als nur Nahrungsaufnahme. Das Gemeinschaftsgefühl wird gestärkt und das Essen soll in erster Linie Freude machen. Wir verzichten auf jeglichen Zwang und respektieren die Meinung der Kinder. Wir bieten dem Kind freie Wahl, was und wie viel es essen möchte. Durch Alternativen wie Früchte und Brot bieten wir ein grosses Angebot an Speisen neben dem Tagesmenü an.

## 2. Bio Produkte und möglichst grosser Verzicht auf Industriezucker



Kinder sind schon sehr früh mit vielen «Verlockungen» im Alltag konfrontiert. Die Vermittlung von guter und gesunder Ernährung ist gar nicht so einfach. Wir möchten den kleinen von Beginn weg eine gesunde und ausgewogene Ernährung mit auf den Weg geben.

Deshalb haben wir uns entschieden vorwiegend auf Bio Produkte zu setzen und wenn immer möglich auf Industriezucker zu verzichten. Weiter möchten wir versuchen möglichst viele Schweizer Produkte zu beziehen (z.B. Kernser Pasta).

### *2.1 Was gehört zum Industriezucker und welche Alternativen nutzen wir*

#### Namen von Industriezuckerarten (A-Z)

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Agavendicksaft | Ethylmaltol | Goldener Sirup | Maissirup-Stoffe | Puder/Staubzucker | Traubensüsse |
| Ahornsirup | Farinzucker | Goldener Zucker | Maltodextrin | Raffinade/Raffinose | Traubenzucker |
| Apfelsüsse | Feinzucker | Inulin | Maltose | Raffinierter Sirup | Treacle |
| Backmalz | Florida Crystals | Invertzucker(sirup) | Malzextrakt | Reissirup | Turbinado-Zucker |
| Birkenzucker (Xylit) | Fruchtextrakt | Isoglucose | Malzsirup | Rohzucker | Vanillezucker |
| Birnel | Fruchtkonzentrat | Joghurtpulver | Melasse | Rohrohrzucker | Weizendextrin |
| Brauner Zucker | Fruchtsaft(konzentrat) | Johannesbrot-Sirup | Milchzucker | Rohrzucker | Zuckerrohrsaft |
| Brauner Reis Sirup | Fruchtsüsse | Karamellsirup | Molasses | Rübenzucker | Zuckerrübensirup |
| Buttersirup | Fruchtzucker | Kastorzucker | Molkenerzeugnis | Saccharose | |
| D-Ribose | Fruktose/Fructose | Kokosblütenzucker | Molkenpulver | Schwarze Molasse | |
| Dattelzucker/sirup | Galaktose | Kokosnusszucker | Naturreissirup | Sorghum-Sirup | |
| Demerara-Zucker | Gelbzucker | Kristalline Fructose | Olgiofruktose(sirup) | Stärkesirup | |
| Dextrin | Gerstenmalz(extrakt) | Laktose/Lactose | Palmzucker | Streuzucker | |
| Dextrose | Glukose/Glucose(sirup) | Magermilchpulver | Panela-Zucker | Sucanat | |
| Diastatisches Malz | Glukosestoffe | Maissirup | Polydextrose | Süssmolkenpulver | |

#### Zuckeraustauschstoffe

| | |
|---|---|
| Erythrit (E 968) | Mannit (E 421) |
| Isomalt (E 953) | Polyglycitolsirup (E 964) |
| Lactit (E 966) | Sorbit (E 420) |
| Maltit (E 965) | Xylit (E967) |

#### Künstliche Süssstoffe

| | |
|---|---|
| Acesulfam K (E 950) | Neotam (E961) |
| Advantam (E 969) | Saccharin (E 954) |
| Aspartam (E 951) | Steviolglycoside (E960) |
| Aspartam-Acesulfam-Salz (E 962) | Sucralose (E955) |
| Cyclamat (E 952) | Thaumatin (E957) |

(Quicklebendig, 2025)

Als gute Alternativen verwenden wir süsse Früchte wie Birnen, Trauben, Bananen, etc. Aber auch Honig oder Akazienhonig [1]kommt bei uns zum Einsatz. Dies jedoch nur gelegentlich und

[1] Ohne Info der Eltern bekommen die Kinder bei uns ab einem Alter von 18 Monaten Honig. (wenn wir ihn z.B. zum süssen für einen Joghurt brauchen) Ein reines Honigbrot gibt es bei uns nicht.

in kleinen Mengen. Weitere Alternativen mit denen wir etwas süssen sind z.B. Trockenfrüchte [2]wie Datteln, Feigen, Aprikosen, etc.

**Darauf achten wir beim Einkauf:**

- Vorwiegend Bio Zertifizierte Produkte
- Die Zutatenliste soll möglichst kurz sein (dadurch weniger Zusatzstoffe)
- Wir kaufen ein Produkt nur, wenn wir alles auf der Zutatenliste verstehen (nur was wir verstehen, essen wir auch)
- Möglichst kein oder nur sehr wenig zugesetzter Industriezucker wir kaufen Alternativen welche z.B. mit Datteln gesüsst sind oder süssen selber mit Alternativen nach.
- Saisonal und wenn immer möglich regional



## 3. Essenszeiten der Villa Wunderchischte

| | |
|---|---|
| Frühstück ca.: | 06.45 Uhr – 08.00 Uhr |
| Früchterunde ca.: | 09.00 Uhr – 09.20 Uhr |
| Mittagessen Kinderkrippe: | 11.15 Uhr – 11.45 Uhr |
| Mittagessen Hort ca.: | 12.15 Uhr – 12.45 Uhr |
| Zvieri Kinderkrippe ca.: | 15.00 Uhr – 15.30 Uhr |
| Zvieri Hort: | 15.45 Uhr – 16.15 Uhr |
| Rohkost ca.: | 16.45 Uhr (für den kleinen Hunger) |

## 4. Der Einkauf

Den Wocheneinkauf übernimmt die KiTa Leitung oder die stellvertretende KiTa Leitung (online). Unsere Lebensmittel beziehen wir vorwiegend bei Coop.ch, koro-shop.ch sowie gebana.ch oder auch Pasta Röthlin AG «Kernser» Teigwaren.
Direkte Einkäufe werden im Coop in Fällanden eingekauft.

### *4.2 Pasta Röthlin AG «Kernser» Teigwaren*

Bei der Pasta Röthlin AG wird mit regionalen Rohwaren gearbeitet so sorgt man für kurze Transportwege. Die Maschinen werden mit Obwaldner Naturstrom betrieben und die Kartons stammen aus nachhaltigen Ressourcen. Zudem setzt sich die Kernser gegen Food Waste ein.
1999 waren sie die ersten, die aus Schweizer UrDinkel feine Teigwaren produziert haben. 2023 konnte die erste Kernser Linie mit Schweizer Hartweizen lanciert werden.

## 5. Die Mahlzeiten

Das Frühstück, die Früchterunde, der Zvieri sowie die Rohkost am Abend werden von unseren Betreuer*innen vorbereitet. Das Mittagessen wird von unserer Köchin frisch zubereitet. Wir achten uns auf eine gesunde, saisonale, regionale und abwechslungsreiche Ernährung.

[2] Diese werden den Kindern nicht «roh» angeboten, sondern nur zum süssen verwendet.

## 5.1 Das Frühstück

Je nach dem kaufen wir frisches Bio Brot oder wir backen ein Bio Brot auf. Wir legen Wert auf dunkles Brot, wie z.B. Vollkornbrot, Roggenbrot, Bauernbrot oder Ruchbrot.
Das Frühstück gestalten wir abwechslungsreich. Wir bieten den Kindern täglich ein Angebot zur Auswahl. Hier bieten wir Früchte, Hüttenkäse, Rohkost, Aufschnitt, Käse, Butter, Joghurt etc. Zu trinken haben die Kinder die Wahl zwischen Wasser, ungesüsstem Früchte- oder Kräutertee und Milch



## 5.2 Zwischenmahlzeiten (Znüni / Zvieri)

Der Znüni ist eine kleine Zwischenverpflegung, die eine Ergänzung zum Frühstück sein soll. Beim Znüni bieten wir den Kindern verschiedene saisonale Früchte und Rohkost sowie Wasser an.
Beim Zvieri achten wir auf Abwechslung. Der Zvieri am Nachmittag fällt etwas reichhaltiger aus als der Znüni am Morgen, es soll aber trotzdem eine Zwischenmahlzeit bleiben.

Hier bieten wir täglich Bio Brot, Früchte sowie Rohkost an. Ergänzend dazu bieten wir verschiedene Aufstriche oder Beilagen wie z.B. Hüttenkäse, Gemüseaufstriche, Frischkäse, sowie Nüsse[3], Eier, Käse oder auch Joghurt Nature. Ab und zu gibt es auch mal weitere Kohlenhydrate wie z.B. Zwieback, Knäckebrot oder Darvida. Zu trinken bekommen die Kinder Wasser oder ungesüssten Früchte- oder Kräutertee.

Die Geburtstage und Abschiede der Kinder feiern wir in der KiTa. Das Ritual wird von der KiTa geplant und organisiert. Auch das Essen stellt die KiTa zur Verfügung, da wir auf einen süssen Kuchen oder andere Süssigkeiten verzichten. Wenn immer möglich versuchen wir die Kinder in die Umsetzung mit ein zu beziehen.
Aufgrund der Häufigkeit von Geburtstagen, verzichten wir ganz bewusst auf Kuchen, Torten etc., da dies sonst zu einem Übermass an zuckerhaltigen nachmittags Zvieri führen würde. Somit können alle Kinder unter denselben Voraussetzungen Geburtstag feiern.

## 5.3 Jahreszeitenrituale

In der Krippe und im Hort werden auch traditionelle Anlässe wie Fasnacht, Ostern, Samichlaus oder Advent gefeiert. Entsprechend werden auch die traditionell dazugehörenden Lebensmittel in einem reduzierten Mass oder als möglichst gesunde Alternative angeboten, wie z.B. Schokoladeneier, Grittibänz, Schokoladen-Samichläuse oder Oster- und Weihnachtsgebäck. So können die Kinder die Jahreszeiten und ihre Wechsel mit allen Sinnen erleben.

## 5.4 Das Mittagessen

Bei dem Mittagsmenü achten wir uns auf eine gesunde und abwechslungsreiche Mahlzeit. Alle Mahlzeiten werden von der Köchin frisch zubereitet. So wird auch der Kartoffelstock oder die „Chnöpfli“ frisch zubereitet.

[3] Dürfen Kinder keine Nüsse bekommen, informieren die Eltern dies an die Kitaleitung. Die Krippenkinder bekommen gemahlene Nüsse. Ganze Nüsse bekommen die Kinder erst im Hort.

Es gibt verschiedene Kohlenhydrate wie z.B. Kartoffeln, Reis, Nudeln, Couscous etc. Das Gemüse bzw. Salat wird saisonal gewählt. Zu jedem Menü gibt es immer Gemüse und einen Salat.

Wir versuchen möglichst gut zu planen um so Food Waste zu vermeiden. Sollte es doch Resten haben, dürfen diese von den Mitarbeiter*innen mit nach Hause genommen werden aber werden bei uns aus hygienischen Gründen nicht mehr verwendet.



### *5.5 Rohkost am Abend*

Die kleine Zwischenverpflegung um ca. 16.45 Uhr besteht aus Rohkost. Dies bieten wir den Kindern an, da die Zeit bis zum Nachtessen sonst für die einen Kinder sehr lange ist. Es steht den Kindern frei, diese Zwischenverpflegung einzunehmen.

## 6. Kriterien für die Menüplangestaltung

| | |
|---|---|
| **Getränke** | ➢ Hahnenwasser oder ungesüsster Kräuter- und Früchtetee. |
| **Gemüse** | ➢ Zu jeder Mittagsmahlzeit Gemüse und Salat bzw. Rohkost |
| **Kohlenhydrate** | ➢ Zu jeder Hauptmahlzeit kohlenhydrathaltige Nahrungsmittel.<br>➢ Bei 5 aufeinanderfolgenden Mittagessen werden 4 verschiedene Stärkebeilagen angeboten, davon mind. zwei mit hohem Nahrungsfasergehalt.<br>➢ Bei 1 bis 2 Hauptmahlzeiten pro Tag mind. 1 x Vollkornprodukt. |
| **Eiweiss** | ➢ Zu jeder Hauptmahlzeit abwechslungsweise eine Proteinquelle einplanen: Fleisch, Fisch, Eier, pflanzliche Proteinquellen (z.B. Hülsenfrüchte, Tofu, Seitan, Tempeh) oder Milchprodukt (ohne Rahm, Butter oder Reibkäse)<br>➢ Hochverarbeitete Fleischprodukte (z.B. Nuggets oder Würstchen) sollten nur selten angeboten werden und wenn möglich Produkte mit wenigen Zusatzstoffen bevorzugt werden. |
| **Hülsenfrüchte** | ➢ Mindestens einmal pro Woche Hülsenfrüchte wie Linsen, Kichererbsen oder Bohnen einplanen. Sie sind eine pflanzliche Proteinalternative zu Fleisch und enthalten zudem viel Stärke. |
| **Eisen / Vitamine** | ➢ Durch geschicktes Kombinieren von Lebensmitteln lässt sich die Verfügbarkeit von Eisen aus pflanzlicher Nahrung verbessern: Hülsenfrüchte mit einem Vitamin-C-haltigen Lebensmittel kombinieren. Z.B. als Dessert könnte je nach Saison Kiwi, Orange, Mandarine oder Erdbeeren angeboten werden. |
| **Fleisch** | ➢ Fleisch, Geflügel oder Fisch sollten idealerweise nur einmal pro Woche (maximal zweimal pro Woche) angeboten werden.<br>➢ Dabei sollte der Konsum von Fleischerzeugnissen (Wurstwaren, Speck, Rohschinken, etc.) auf maximal einmal im Monat und der Konsum von Fisch auf höchstens zweimal im Monat begrenzt sein. |
| **Milchprodukte** | ➢ Es wird täglich min. 1 Milchprodukt angeboten. Wenn möglich Bio-Produkte bevorzugen. |
| **Fett Quantität** | ➢ Max. 1 x pro Monat frittierte oder fettreiche Speisen (z. B. Pommes |

| | |
|---|---|
| | Frites, Rahmsaucen, Blätter-/Kuchenteig etc.) |
| **Fett Qualität** | ➢ Es wird hauptsächlich Rapsöl oder Olivenöl in der kalten Küche sowie bei niedrigen Temperaturen (z.B. Dünsten von Gemüse) verwendet.<br>➢ Es wird HOLL-Rapsöl oder HO-Sonnenblumenöl in der warmen Küche verwendet.<br>➢ Nüsse (ungesalzen), Samen oder Kernen werden regelmässig, mindestens 3 x pro Woche angeboten. |
| **Zucker** | ➢ Süssigkeiten oder Dessert pro Woche: max. 1 kleine Portion Süssigkeiten (inkl. Abschieds- und/oder Geburtstagskuchen). Zugesetzter Zucker pro Tag = max. 15 g |
| **Fertigprodukte** | ➢ Auf den Einsatz von Fertiggerichten, Fertigsuppen oder –Saucen, Konserven und stark vorverarbeiteten Produkten (auch bei den Zutaten) wird weitgehend verzichtet. |



## 7. Vorbereitung

- Auf dem Tisch stehen immer Brot und Rohkost zur Verfügung. So hat das Kind Alternativen zum Tagesmenü. Früchte gibt es lediglich zum Frühstück, Z`Nüni und Z`Vieri.
- Zum Trinken gibt es immer Wasser und ungesüssten Früchte- oder Kräutertee.
- Das Kind hat einen Teller und bekommt als Gedeck immer eine Gabel, Messer und einen Löffel. Je nach Alter der Kinder bekommt es einen Schnabelbecher, einen Becher oder ein Glas zum Trinken.
- Das Essen wird in mehreren Glasschüsseln serviert. So kann das Kind gut sehen, was es zu essen gibt. Auch muss das Kind nicht so lange warten bis es zu essen bekommt. Das Kind kommt so auch weniger in Stress, es könnte zu wenig Essen bekommen, wenn es mehrere Schüsseln auf dem Tisch hat.
- Jedes Krippenkind hat eine Serviette, die mit einer Wäscheklammer mit dem Bild des Kindes angeschrieben ist. So kann das Kind sehen, wo es sitzen kann und sich auch die Hände, den Mund oder Verschüttetes selber putzen. Die kleineren Kinder bekommen zusätzlich noch einen Latz.
- Die Hortkinder bekommen ebenfalls eine Serviette, sie können aber selber entscheiden, wo sie sitzen möchten. Hier wird lediglich der Tisch definiert wo das Kind sitzt da die Hortkinder an mehreren Tischen sitzen.
- Vor dem Essen wird gemeinsam ein Lied gesungen. Für die Kinder ist dies ein weiteres Ritual um sich sicher zu fühlen.
- Im Hort wird beim Mittagessen das Gemeinschaftsgefühl, die Kommunikation und das Selbstbewusstsein gestärkt. So können die Hortkinder z.B. als Ämtli das Essen in der Küche selbständig holen, selber ihr Essen und trinken schöpfen sowie sich das Essen gegenseitig reichen, wenn ein anderes Kind nicht herankommt. So entsteht eine familiäre und kommunikative Runde.

### *7.1 Umgang mit riskanten Lebensmitteln für Kleinkinder*

Wir geben den Kindern keine rohen Lebensmittel wie Rauchlachs oder Salami. Auch werden die Eierspeisen immer gut durchgekocht und Spiegeleiger auf beiden Seiten gebraten. Fisch bieten wir lediglich ohne Gräten an.
Die Krippenkinder bekommen ausschliesslich gemahlene Nüsse, ab dem Hortalter bekommen sie ganze Nüsse.

Kleine Lebensmittel werden auf der Krippengruppe in Stücke geschnitten um zu verhindern, dass sich ein Kind daran verschlucken könnte. Popcorn bieten wir in der KiTa nicht an.



Die Faustregel:

- Kinder bis 1 Jahr nur Lebensmittel, die im Mund weich werden
- Kinder bis 2 Jahre nur einfach kaubare Lebensmittel

### *7.2 So beugen wir dem Risiko vor*

- Kleine Kinder werden beim Essen stets beaufsichtigt und es kann in Ruhe gegessen werden
- Beim Essen sitzen wir am Tisch /bzw. bei Zwischenmahlzeiten oder auch mal bei einem Ausflug auf dem Boden
- Weiches Obst wie Banane, Melone, Pfirsiche, Apfel und Birne werden in mundgerechte Stücke geschnitten
- Kernlose Trauben, kleine Beeren, etc. werden halbiert oder geviertelt
- Gemüse wie Salatgurke oder Peperoni in mundgerechte Stücke schneiden
- Kirschtomaten halbieren oder vierteln
- Hartes Gemüse immer zuerst dünsten oder kochen

## 8. Pädagogische Gedanken zum Essen

Das Kind soll selbst entscheiden:

- wieviel und wie oft es schöpfen will
- was es essen will (eventuell auch nur ein Lebensmittel)
- wie es essen will (mit den Händen lernt es, wie sich etwas anfühlt).
- wie es seinen Essplatz gestalten möchte. Sein Raum wird respektiert.
- ob es essen mag (kein Zwang!)

Beim Frühstück bei der Früchterunde um 9.10 Uhr sowie bei der Rohkost um 16.45 Uhr darf das Kind selber entscheiden, ob es an den Tisch bzw. in den Kreis kommen möchte oder nicht. Das Mittagessen und der Zvieri gehören zu einem Gemeinschaftserlebnis, hier kommen alle Kinder an den Tisch, müssen aber nichts essen/ trinken, wenn sie nicht möchten.

Dadurch wollen wir erreichen, dass das Kind

- das Essen lustvoll erlebt.
- sein Körpergefühl kennen lernen kann.
- an Sicherheit und Selbstbewusstsein gewinnt.

- Erfahrungen sammeln kann.
- sich verstanden fühlt und es deshalb als selbständiges Individuum wahrgenommen wird. Dadurch soll es sich gesund entwickeln.

## 9. Verhalten der Betreuer*innen

Die Betreuer*in ist beim Essen besonders gefordert.

- Sie kennt die verfolgten Ziele des Ernährungskonzeptes und setzt sie um
- Die Betreuer*in hilft und kontrolliert dort, wo ein Kind sein Selbstvertrauen oder den Mut verlieren könnte, z.B. beim Schöpfen.
- Die Betreuer*in **ermuntert** das Kind neues Essen auszuprobieren Das Kind muss aber nicht versuchen. So soll das Kind neue Gerichte kennenlernen, damit sein Ernährungsplan abwechslungsreicher wird.
- Sie macht das Kind darauf aufmerksam, nicht zu viel zu schöpfen und erklärt dem Kind, dass wir die Resten fortwerfen müssen, was schade ist. Es kostet Geld und ist vergebene Arbeit der Köchin.
- Die Betreuer*in erlaubt dem Kind, sich falsch einzuschätzen. Es soll aus diesen Erfahrungen lernen. Alle dürfen „Fehler“ machen.
- Die Betreuer*in hat Interesse an den Kindern und spricht **mit** ihnen, nicht über sie. Das Kind wird aktiv ins Gespräch mit eingebunden.
- Sie schaffen eine Atmosphäre am Tisch, die zu einem gemütlichen Beisammensein einlädt. Essen ist etwas Entspanntes, Schönes, es soll nicht nur ein Grundbedürfnis sein. Die Kinder sollen Lust zum Essen bekommen, Lust für den Austausch, Lust zum Beieinandersein.



## 10. Babynahrung

In den ersten Monaten ist Muttermilch das Beste fürs Baby. Wer nicht stillen kann oder möchte, wählt künstlich hergestellte Säuglingsanfangsnahrung. Doch spätestens ab dem sechsten Lebensmonat brauchen Babys auch Beikost, um sich optimal zu entwickeln.
Dafür eignen sich gedämpftes oder gedünstetes Gemüse und Obst. Noch kann das Kind aber keine Stücke schlucken. Es muss erst lernen, den Saug-Schluck-Reflex durch die Kau-Schluck-Bewegung zu ersetzen. Deshalb müssen Gemüse und Obst noch püriert oder im Mixer zerkleinert werden. Die Babynahrung wird pro 100 Gramm mit einem Teelöffel Rapsöl angereichert.

### *10.1 Schoppennahrung*

Bekommt das Baby noch Muttermilch, wird diese am Betreuungstag des Kindes mitgebracht. Bekommt das Baby Säuglingsanfangsnahrung hat die Villa Wunderchischte verschiedene Schoppenpulver (Aptamil, BEBA, etc.), die Eltern müssen dies nicht in die Villa Wunderchischte bringen. (Die Ausnahme bilden hier spezielle Schoppenpulver, die z.B. von der Krankenkasse übernommen werden.) Die Eltern informieren die Gruppenleiter*in, wenn ihr Kind ein anderes Schoppenpulver braucht.
Wir stellen auch unterschiedliche Schoppen (AVENT, MAM, Bibi, etc.) zur Verfügung.

### *10.2 Bio-Beikost*

Die Köchin oder die Betreuer*innen bereiten je nach Bedarf frisch oder auf Vorrat Breinahrung zu. Dieser wird nach Bedarf am gleichen Tag verwendet oder eingefroren und bei Bedarf aufgetaut. Wir achten uns hier darauf, dass das Gemüse sowie die Früchte saisonal gewählt sind. So entsteht auch für die kleinsten eine abwechslungsreiche Ernährung. Die Villa Wunderchischte bietet den Babys lediglich vegetarische Breinahrung an. Ab ca. 8 Monaten werden diese mit Hülsenfrüchten ergänzt (z.B. rote Linsen oder Kichererbsen).



Nach Rücksprache mit den Eltern, bieten wir den etwas grösseren Babys auch bereits Lebensmittel vom Tisch an, damit diese auch aktiv am Geschehen dabei sein können. Dies können Nudeln, Kartoffeln, gedünstete oder gekochte Gemüsesticks etc. sein.

Wir achten uns auf die Zeichen welche uns die Babys geben, wenn wir ihnen Brei anbieten. Auch hier gibt es keinerlei Zwang. Dreht ein Kind den Kopf weg, macht es den Mund nicht auf, oder schiebt den Löffel weg, so akzeptieren wir dies und beenden das Essen des Babys. Wir haben hier also die Haltung des «wartenden Löffels» und geben dem Baby die Zeit die es braucht.

## 11. Allergien und Unverträglichkeiten

Allergien und Unverträglichkeiten treten in der heutigen Gesellschaft immer häufiger auf. Beim Eintrittsgespräch in die Villa Wunderchischte wird dies mit den Eltern besprochen.
Meist können Unverträglichkeiten durch kleinere Anpassungen im Menü angepasst werden. Ist dies aus organisatorischen Gründen nicht möglich, sind die Eltern verpflichtet das Essen für das Kind selber mitzubringen.
Eine Reduktion der Betreuungskosten kann aufgrund solcher Regelungen jedoch nicht gewährt werden.

## 12. Umgang mit Religionen / Ernährungseinstellungen

Auf Verzicht von Lebensmitteln aus religiösen oder privaten Gründen kann eingegangen werden.

## 13. «Ernährungsbewusste & Bewegungsfreundliche Kindertagesstätte»

Die Villa Wunderchischte orientiert sich an den Kriterienlisten zu gesunder Ernährung und Bewegung von Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich.[4] Im August 2016 wurde bestätigt, dass die Villa Wunderchischte eine gesunde, abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung anbietet.
Die Villa Wunderchischte passt die Standards jeweils den neusten Kriterienlisten an und sorgt damit für eine Qualitätssicherung in Bezug auf die Ernährung sowie der Bewegung in der Villa Wunderchischte.

[4] https://www.gesundheitsfoerderung-zh.ch/themen/ernaehrung-und-bewegung/kinder-und-jugendliche/menuegestaltung-und-bewegungsfoerderung-in-kitas (abgerufen 11.05.26)

## 14. Version & Mutationen

| Version | Datum | Mutationen |
|---|---|---|
| 1.0 | 01.01.2019 | - Komplettüberarbeitung |
| 1.1 | 01.05.2019 | - 4. Kriterien für die Menüplangestaltung |
| 1.2 | 01.02.2020 | - Personenneutrale Schreibweise<br>- 3.1 Regionales Fleisch vom Metzger<br>- 4. Kriterien für die Menüplangestaltung<br>- 9. Allergien und Unverträglichkeiten<br>- 11. Ernährungsbewusste und Bewegungsfreundliche Kindertagesstätte |
| 1.3 | 27.04.2020 | - Layout anpassen<br>- 11. Ernährungsbewusste und Bewegungsfreundliche Kindertagesstätte |
| 1.4 | 18.05.2022 | - Seitenzahlen von / bis<br>- Fusszeile eingefügt<br>- 2. Essenzeiten der Villa Wunderchischte<br>- 3. Das Frühstück<br>- 3.5 Früchte-Brot-Runde<br>- 4. Kriterien zur Menüplangestaltung<br>- 6. Pädagogische Gedanken zum Essen<br>- 11. Ernährungsbewusste und Bewegungsfreundliche Kindertagesstätte |
| 1.5 | 14.02.2025 | - Komplettüberarbeitung |
| 1.6 | 23.05.2025 | - 6. Kriterien für die Menüplangestaltung |
| 1.7 | 11.05.2026 | - 4. Der Einkauf |