



# Tagesstrukturen Böztal

## **Ernährungskonzept**

## **Einleitung**

Das Ernährungskonzept der Tagesstrukturen Böztal ist ein Leitfaden für alle Aspekte der Ernährung in unseren Einrichtungen. Wir glauben, dass eine gesunde Ernährung einen wesentlichen Beitrag zur körperlichen und geistigen Entwicklung der Schülerinnen und Schüler (nachfolgend SuS genannt) leistet. Unser Ziel ist es, den SuS nicht nur gesunde Mahlzeiten anzubieten, sondern auch ein Verständnis für die Bedeutung von ausgewogener Ernährung zu vermitteln.

## **Grundsätze des Ernährungsangebots**

Unser Ernährungsangebot basiert auf den folgenden Grundsätzen:

- Wir bieten den SuS eine abwechslungsreiche Auswahl an Speisen, die alle Nährstoffe für ihr Wachstum und ihre Entwicklung enthält
- Unser Ernährungsangebot basiert auf frischen, saisonalen und möglichst regionalen Lebensmitteln, um die Umweltbelastung zu reduzieren und die lokale Wirtschaft zu unterstützen
- Wir legen Wert auf Vielfalt und ausgewogene Mahlzeiten, die den individuellen Bedürfnissen der SuS entsprechen
- Bei der Zusammenstellung der Speisen berücksichtigen wir die Empfehlungen der Ernährungswissenschaft sowie die kulturellen und religiösen Hintergründe der SuS und ihrer Familien

## **Zubereitung der Mahlzeiten / Catering**

Die Zubereitung unserer Mahlzeiten erfolgt nach folgenden Prinzipien:

- Die Mahlzeiten werden frisch zubereitet, wobei wir auf eine schonende Zubereitung und die Verwendung hochwertiger Zutaten achten
- Wir bevorzugen hausgemachte Gerichte und verzichten weitestgehend auf Fertigprodukte
- Bei Bedarf arbeiten wir mit vertrauenswürdigen Catering-Dienstleistern zusammen, die unsere Qualitätsstandards teilen und hochwertige Speisen liefern

## **Einkauf / Bezug der Lebensmittel**

Beim Einkauf der Lebensmittel achten wir auf folgende Kriterien:

- Wir beziehen unsere Lebensmittel bevorzugt von lokalen Bauernhöfen, Märkten und Lieferanten, um die regionale Wirtschaft zu unterstützen und kurze Transportwege zu gewährleisten
- Bei der Auswahl der Lebensmittel legen wir Wert auf Qualität und umweltfreundliche Verpackungen, um den ökologischen Fussabdruck unserer Einrichtung zu reduzieren

## **Tischkultur und Grundhaltung in der Begleitung der Mahlzeiten mit den SuS**

Wir legen grossen Wert auf eine positive Tischkultur und eine respektvolle Begleitung der Mahlzeiten:

- Wir schaffen eine angenehme Atmosphäre während der Mahlzeiten und fördern ein respektvolles Miteinander am Tisch
- Die SuS werden dazu ermutigt, sich aktiv am Tischgespräch zu beteiligen und ihre Essgewohnheiten zu reflektieren
- Wir legen Wert auf eine entspannte und genussvolle Essenszeit, die Raum für Experimente und neue Geschmackserlebnisse bietet

## **Einbezug der SuS**

Die SuS werden aktiv in den Ernährungsprozess einbezogen:

- Die SuS werden in die Auswahl und Zubereitung von Speisen einbezogen, um ihre Eigenständigkeit und ihr Interesse an gesunder Ernährung zu fördern
- Gemeinsame Koch- und Backaktivitäten sowie Gartenprojekte ermöglichen den SuS einen spielerischen Zugang zum Thema Ernährung

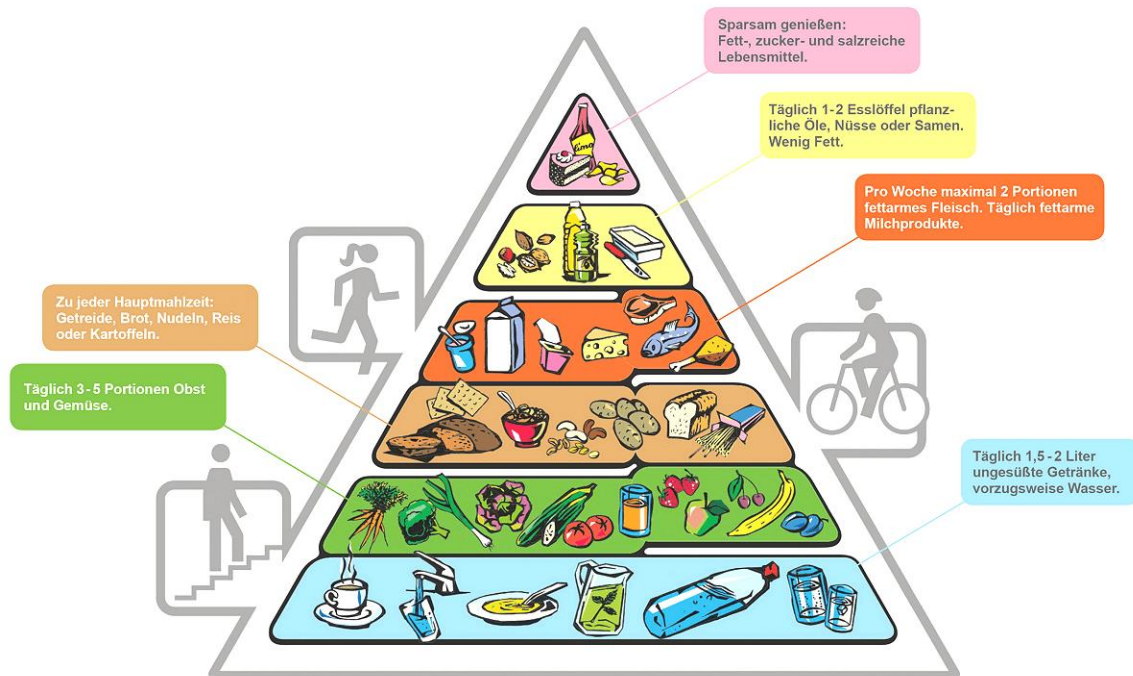
## **Umgang mit Allergien / Besonderheiten beim Essen**

Wir nehmen besondere Ernährungsbedürfnisse ernst und gehen verantwortungsvoll damit um:

- Wir nehmen Allergien und besondere Ernährungsbedürfnisse der SuS ernst und informieren uns über individuelle Einschränkungen
- Bei Bedarf passen wir das Speiseangebot entsprechend an und achten auf eine kontrollierte Zubereitung, um Kreuz-Kontaminationen zu vermeiden

## Abschluss

Unser Ernährungskonzept bildet die Grundlage für eine gesunde und ausgewogene Ernährung und vermittelt den SuS wichtige Kompetenzen im Umgang mit Nahrung. Durch eine positive und respektvolle Haltung gegenüber Essen und Trinken möchten wir die SuS auf ihrem Weg zu einem bewussten und genussvollen Ernährungsverhalten begleiten.



Quelle: OSD & Wikimedia Commons: *Lebensmittelpyramide der sge 2005.svg*, Schweizerische Gesellschaft für Ernährung (SGE)

Genehmigt am 02. Mai 2024