



Essen in der Kita Tandem

Zum Thema Babybrei verweisen wir auf das separate Infoblatt.

- ✚ **Essen soll Freude machen.**
- ✚ **Wir fördern selbständiges Essen**, Einschenken und Schöpfen mit kindgerechtem Geschirr und Besteck. Dazu gehören durchsichtige Schalen und kleine Krüge, damit die Kinder sehen können was drin ist und z.B. Krüge nicht zu schwer sind, so dass je nach Alter ein selbständiges Einschenken möglich ist.
- ✚ Kinder bekommen auch zum Zvieri einen Teller / eine Schale, ein Glas und eigenes Besteck (z.B. Messer um Kracker zu bestreichen). Beim Brei geben bekommt das Baby einen eigenen Löffel dazu.
- ✚ Wir richten die Speisen so gut als möglich schön an, wir decken den Tisch liebevoll und sorgen für eine möglichst angenehme und entspannte Tischatmosphäre.
- ✚ Wir zwingen niemanden zum Essen, versuchen jedoch die Kinder zu motivieren, von allem zu probieren. Wenn es aber nicht probieren möchte, ist das in Ordnung.
- ✚ Die grösseren Kinder sitzen an Kindertischen mit passenden Kinderstühlen. Die kleineren Kinder, die sitzen können, essen auf Trip Traps am Tisch.
- ✚ Wir achten auf Lebensmittel, welche möglichst **aus der Region** kommen, auf **vollwertige Lebensmittel** (möglichst Vollkornprodukte), auf Produkte mit **möglichst wenig / ohne zusätzlichen Zucker** (z.B. Zwieback). Wir kaufen keine „Budget“ oder „Prix Garantie“ Produkte. Trockenfrüchte betrachten wir als Süssigkeit (essen wir also in kleinen Mengen). **Trockenfrüchte** kaufen wir in Bioqualität von Sun-Snack, **ungeschwefelt**.
- ✚ **Wir essen viel Obst und Gemüse** (zu jeder Mahlzeit).
- ✚ Süsses soll und darf sein, Geburtstage sollen entsprechend gefeiert werden und auch sonst gehört mal was Süsses zum Zvieri dazu. Wir essen aber immer noch etwas Gesundes dazu. Süsses darf auch Dörrobst sein und nicht nur Schokolade oder Kekse. Auch Marmelade und Honig betrachten wir als Süssigkeit. Als Getränke bieten wir Wasser und zuckerfreie Tees an, zum Frühstück auch Milch / Kakao. Zu Geburtstagen bieten wir gerne auch Saft (verdünnt) an.
- ✚ (In den Kleinkindgruppen verzichten wir auf süssen Zvieri, da bereits im Knäckebrot, Kräckern, Cornflakes usw. Zucker enthalten ist. In den Kleinkindergartengruppen beschränken wir Süssen Zvieri auf 1 Mal pro Woche).
- ✚ Die Mittagsmahlzeit wird für uns vom SV Service in Zürich Binz zubereitet, da es uns unmöglich ist, in den Häusern selber zu kochen. Der SV Service verwendet insbesondere bei Frischprodukten wenn immer möglich saisonale und regionale Lebensmittel und bezieht keine Flugwaren. Das Essen wird für uns extra weniger gewürzt. Wir können jeden Tag aus zwei Menus auswählen und aus den zwei Angeboten sogar die verschiedenen Komponenten gemäss unseren Bedürfnissen kombinieren. Und wenn einmal nichts Passendes dabei ist, haben wir verschiedene Alternativen die wir bestellen können.
- ✚ Wir essen in der Regel 2x pro Woche Fleisch, 2x vegetarisch und 1x pro Woche Fisch.
- ✚ Wenn Sie spezielle Wünsche haben bezüglich des Essens für Ihr Kind (z.B. kein Schweinefleisch) können wir das gut umsetzen. Bitte besprechen Sie das möglichst bereits bei der Besichtigung und sicher beim Eintrittsgespräch.