

Inhalt

Einleitung: Was Sie in diesem Buch erwarten (Manja Plehn)	7
1. Gute Nahrung für Kinder im Grundschulalter (Benjamin Perry)	10
1.1 Gesunde Ernährung – grundlegende Aspekte	10
Wissen kompakt: DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen	16
1.2 Zucker	18
Wissen kompakt: Versteckte Zucker	21
1.3 Trinken	22
Wissen kompakt: Eine trinkfreundliche Umgebung schaffen	25
1.4 Zusatzstoffe	25
1.5 Nahrungsmittelunverträglichkeiten und Lebensmittelallergien	26
1.6 Gesunde Zwischenmahlzeiten	28
1.7 Jahreszeitliche, regionale und nachhaltige Gestaltung des Speiseplans	30
1.8 Zwischenfazit und Impulse für die Praxis	31
2. Über den Tellerrand hinaus: Schulverpflegung im Kontext (Manja Plehn)	35
2.1 Ernährungsbildung – Definition und Ziele	37
2.2 Schulverpflegung – jetzt auch nachhaltig	38
2.3 Qualitätszeit gestalten	38
3. Die Akteure: Wünsche, Aufgaben, Verantwortung und Perspektiven (Holger Renner)	40
3.1 Die Sicht der Kinder	41
3.2 Die Sicht der Eltern	42
3.3 Die Verantwortung des Schulträgers	43
Wissen kompakt: Verpflegungskonzepte	44
3.4 Die Sicht der pädagogischen Fachkräfte	46
Wissen kompakt: Formen der Essensausgabe	48
3.5 Die Verantwortung der Schule bzw. des Hortes/ der Schulkindbetreuung	50
3.6 Die Verantwortung des Anbieters/Betreibers	50
4. Bedürfnisse von Kindern (Holger Renner)	51
4.1 Körpererfahrung	53
4.2 Selbstbestimmte Aktivitäten	53
4.3 Andere Kinder	54

4.4 Selbstwirksamkeit und die Erfahrung, nützlich zu sein	55
4.5 Wissen und Können erwerben	56
5. Aufgaben pädagogischer Fachkräfte im Kontext der Schulverpflegung	
(Holger Renner und Manja Plehn)	58
5.1 Interaktionen mit den Kindern gestalten	59
5.2 Selbstwahrnehmung und -regulation der Kinder fördern	59
5.3 Vorbild sein	60
5.4 Zur Ernährungsbildung beitragen	60
5.5 Den Rahmen gestalten	61
5.6 Die Qualität der Schulverpflegung erheben, sichern, weiterentwickeln	62
Wissen kompakt: Qualitätszirkel Essen	63
6. Interaktionen rund ums Essen begleiten	
(Holger Renner, Manja Plehn und Benjamin Perry)	66
6.1 Pädagogisch-professionelle Gestaltung von Interaktionen – ein Überblick	68
6.2 Kinder unterstützen, sich wahrzunehmen und für sich zu sorgen ..	70
6.3 Ernährungsbildung im Alltag erlebbar machen – Projekte	78
7. Die Mittagessenssituation: Strukturen und Abläufe (Holger Renner)	84
7.1 Der Raum als pädagogisches Element	85
7.2 Zeitraum – entspanntes Mittagessen ermöglichen	89
7.3 Regeln am Mittagstisch	90
7.4 Übergänge: Rituale vor und nach dem Essen	93
8. Partizipation rund ums Essen: Impulse	
(Holger Renner und Manja Plehn)	94
8.1 Den Rahmen gemeinsam gestalten	97
8.2 Kinder kochen und planen	98
Wissen kompakt: Kinder beurteilen ihr Essen	100
9. Praxisbeispiel – Schülerhaus Dreisamtal, Kirchzarten	102
 Literatur	104
Weiterführende Links	109
Die AutorInnen	110