



## ERNÄHRUNGSBERATUNG RHEINLAND-PFALZ

Die Ernährungsberatung an den Dienstleistungszentren Ländlicher Raum (DLR) als Teil des Fachzentrums Ernährung Rheinland-Pfalz (FZE RP) ist eine Einrichtung des Ministeriums für Wirtschaft, Verkehr, Landwirtschaft und Weinbau des Landes Rheinland-Pfalz in enger Zusammenarbeit mit dem Ministerium für Klimaschutz, Umwelt, Energie und Mobilität.

Gemeinsam mit der Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung Rheinland-Pfalz informieren wir über Grundlagen und praktische Umsetzung einer ausgewogenen, bedarfsgerechten Verpflegung für Kinder und Jugendliche.

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/ 9228-1710

DLR Eifel  
Westpark 11  
54634 Bitburg  
Tel.: 06561/ 9480-439

DLR Rheinpfalz  
Breitenweg 71  
67435 Neustadt  
Tel.: 06321/ 671-396

DLR Mosel  
Görresstr. 10  
54470 Berncastel-Kues  
Tel.: 06531/ 956-437

DLR Rheinhessen-Nahe-Hunsrück  
Rüdesheimer Str. 60-68  
55545 Bad Kreuznach  
Tel.: 0671/ 820-8113

DLR Westpfalz (Kaiserslautern)  
Neumühle 8  
67728 Münchweiler/ Alsenz  
Tel.: 06302/ 9216-18

Internet: [www.fze.rlp.de](http://www.fze.rlp.de)  
E-Mail: [ernaehrungsberatung@dlr.rlp.de](mailto:ernaehrungsberatung@dlr.rlp.de)

## ESSEN UND TRINKEN IN KINDERTAGESSTÄTTEN

### Seminarreihe



© Fotolia

## GESUND AUFWACHSEN

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 Bildungsort Kita erworben.

In einer **6-teiligen Seminarreihe** bieten die Fachkräfte der Ernährungsberatung Rheinland-Pfalz praxisorientiertes Fachwissen zur Ernährung und Verpflegung in Kindertagesstätten an.

Eingeladen sind:

- Verantwortliche für die Verpflegung
- Hauswirtschaftskräfte und externe Essensanbieter
- Erzieher/innen

## SEMINARINHALTE

Baustein 1:

**Lebensmittel bedarfsgerecht auswählen**  
Vollwertige Kinderernährung, Empfehlungen für Unter-3-Jährige, vegetarische Ernährung, DGE-Qualitätsstandard, Checklisten

Baustein 2:

**Speisen kompetent planen**  
Speiseplanung und Nährwerte, Nachhaltigkeit in der Kitaverpflegung, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Speiseplankennzeichnung

Baustein 3:

**Verpflegungssysteme gut gestalten**  
Verpflegungssysteme, Arbeitsabläufe, Lebensmittelwertschätzung

Baustein 4:

**Hygienevorschriften verantwortungsvoll anwenden**  
Fachkundeschulung nach § 4 LMHV (orientiert an DIN 10514), Folgebelehrung nach § 43 Absatz 4 Infektionsschutzgesetz

Baustein 5:

**Frühstück und Zwischenverpflegung mit Konzept umsetzen**  
Lebensmittelauswahl, Planung und Organisation, Umsetzung mit Partnern

Baustein 6:

**Gesundheitsbewusstes Essen professionell fördern**  
Einflussfaktoren auf das Essverhalten, Partizipation, Ernährungsbildung, Mahlzeit als Bildungsort, Elternarbeit

## ORGANISATORISCHES

Die Bausteine werden an verschiedenen Standorten in Rheinland-Pfalz durchgeführt. Sie können insgesamt oder einzeln gebucht werden. Über jeden Seminarteil gibt es eine Teilnahmebescheinigung, bei Besuch aller Bausteine incl. Abschlusstest ein Zertifikat.

Aktuelle Termine und Anmeldung online unter [www.fze.rlp.de](http://www.fze.rlp.de) (>Termine)

Information bei den Dienstleistungszentren Ländlicher Raum



© Fotolia