

## DGE - QUALITÄTSSTANDARD FÜR DIE VERPFLEGUNG IN KITAS

### Das Wichtigste auf einen Blick!



Der „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas“ beschreibt, wie ein gesundheitsförderndes und nachhaltiges Verpflegungsangebot in der Kita aussehen sollte. Dabei stehen die optimale Lebensmittelauswahl und Speisenplanung unter Berücksichtigung der speziellen Rahmenbedingungen in einer Kita, im Vordergrund.

Allen, die für das Verpflegungsangebot in der Kita verantwortlich sind, neben dem Personal von Kindertageseinrichtungen und Trägerverbänden sind dies auch Eltern und Elternvertreter\*innen sowie Essensanbieter, gibt der *DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas* Orientierung für eine gute Speisenqualität.

### Und das empfiehlt der *DGE-Qualitätsstandard*:

#### Zu einem guten Frühstück/Zwischenverpflegung gehören:

- täglich Getreide- und Getreideprodukte (möglichst Vollkorn)
- täglich Gemüse
- 2x täglich Obst
- 2x täglich Milch und Milchprodukte
- Getränke sind jederzeit verfügbar, vorzugsweise Leitungswasser

#### Zu einem guten Mittagessen (5 Tage Speiseplan) gehören:

- täglich Getreide, Getreideprodukte, Kartoffeln
- täglich Gemüse und / oder Salat
- mind. 2 x Obst
- mind. 2 x Milch und Milchprodukte
- max. 1 x Fleisch oder Wurst
- 1 x Fisch
- Rapsöl ist Standardöl

Und hier erfahren Sie mehr!

DGE-Qualitätsstandard herunterladen. <https://www.fitkid-aktion.de/dge-qualitaetsstandard/neu-ueberarbeiteter-dge-qualitaetsstandard/>