

## DGE - QUALITÄTSSTANDARD FÜR DIE VERPFLEGUNG IN KITAS

6. Auflage, 2. korrigierter und aktualisierter Nachdruck, 2023

### 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:innen, 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
- wöchentlich mind. 2 x Obst
- wöchentlich mind. 2 x Milch und Milchprodukte
- wöchentlich max. 1 x Fleisch oder Wurstwaren
- wöchentlich 1 x Fisch
- Rapsöl ist Standardfett

Und hier erfahren Sie mehr: DGE-Qualitätsstandard zum kostenlosen Download: <https://www.fitkid-aktion.de/dge-qualitaetsstandard/neu-ueberarbeiteter-dge-qualitaetsstandard/>