## „Regional essen! Mach mit!“

## Kita-Mitmachaktion 2026



Im Sommer 2026 waren alle Kindertageseinrichtungen im Rhein-Kreis Neuss eingeladen, bei unserer kreativen Mitmach-Aktion **„Das wächst bei uns und schmeckt mir“** dabei zu sein!

Im Mittelpunkt stand regionales Obst und Gemüse der Saison. Es wurde gepflanzt, geerntet, zu köstlichen Gerichten verarbeitet und mit allen Sinnen genascht.

Als Dankeschön gab es für die Kitas eine Überraschungskiste mit Gemüse und Obst vom Lammertzhof, Kaarst. Herzlichen Dank, lieber Heiner, für deine großzügige Spende.

**Prämiert wurden die Kitas:**
**kitea Kaarst-Vorst, Kita „Am Zauberwald“ Dormagen und „Kinder Insel Hombroich“**

**Die Aktionen der Kitas:**

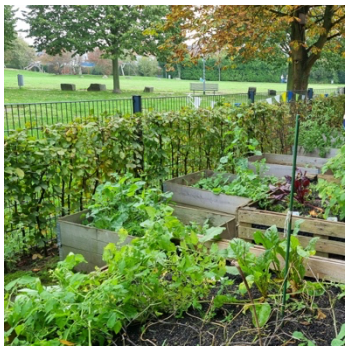


**kitea Kaarst-Vorst:** „Von der Aussaat bis auf den Teller“ war das Motto. Die Kinder beschäftigten sich intensiv mit Anbau, Wachstum, Ernte und Verarbeitung von Lebensmitteln. Ganz besonders: die Kita-eigenen Hochbeete lieferten die Lebensmittel. Aus den frischen Zutaten wurde Salat mit Joghurt-Dressing zubereitet und auch der Kita-Koch verarbeitete die von den Kindern geernteten Lebensmittel. Resümee der Aktion: mit allen Sinnen lernen und selbst aktiv sein beim Säen, Beobachten, Pflegen, Ernten, Schneiden, Zubereiten, Riechen, Fühlen und Probieren. So werden ganz nebenbei Kompetenzen wie Selbstständigkeit, Verantwortungs-bewusstsein, Ausdauer und die Freude am gemeinsamen Tun gefördert.











**Kita „Am Zauberwald“ Dormagen**: Im Juli standen „Erdbeeren“ im Mittelpunkt der Kita-Kinder. Beim örtlichen Bauern wurden 5 kg Erdbeeren gepflückt, in der Kita gewaschen, in kleine Stücke geschnitten und püriert. Aus dem Erdbeerpüree wurde für jedes Kind ein leckeres Eis und gemeinsam ein köstlicher Erdbeerpudding gemacht. Bei der Aktion lernten die Kinder ganz nebenbei viel über Erdbeer-Pflanzen. Für das gemeinsame Frühstück pflanzten die Kinder verschiedene Kräuter und beobachteten, wie diese wachsen. Auch die U-drei Kinder waren mit Begeisterung dabei. Sie bastelten Collagen und erkundeten spielerisch Obst und Gemüse.








**„Kinder Insel Hombroich“:** Das Konzept der eingruppige Kita zwischen Kunst und Kultur griff war auch Thema der Aktion 2026: „Genuss mit allen Sinnen erleben: In einer liebevollen und anregenden Atmosphäre entdecken die Kinder mit viel Neugier und

Fantasie neue Lebensmittel, haben Freude am Essen und erfahren, wie wertvoll Lebensmittel und gemeinsame Mahlzeiten sind.“

Wo regionale Lebensmittel wachsen, wie sie erzeugt und zubereitet werden, erleben die Kinder ganz selbstverständlich im Kita-Alltag. Hier wird täglich frisch mit regionalen und überwiegend Bio-Lebensmitteln gekocht. Jeden Freitag backen die Kinder mit den Erzieherinnen Brot. Auch der Besuch der Apfelpresse ist immer wieder ein Erlebnis.

Dank der naturnahen Lage haben die Kinder von Anfang an einen intensiven Bezug zur Natur.








Infos für Kitas rund um Essen und Trinken und Ernährungsbildung gibt es hier:
https://www.kita-schulverpflegung.nrw/essen-und-trinken-in-der-kita-22640
https://www.verbraucherzentrale.nrw/sites/default/files/2021-03/VZNRW_Klimafreundliche-Rezepte_Kita_Schule.pdf
https://www.kita-schulverpflegung.nrw/rezeptsammlung-kita-11817
https://www.kita-schulverpflegung.nrw/ernaehrungsbildung-72170

Regionale Rezepte für den Alltag gibt es hier:
https://ernaehrungsrat-rkn.de/regional-kochen/
https://www.verbraucherzentrale.nrw/unsere-lebensmittel-rezepte

Der ERNÄHRUNGSRAT IM RHEIN-KREIS NEUSS ist Mitglied von neuss agenda e.V.
Mail: regionalessen@ernaehrungsrat-rkn.de
Web: www.ernaehrungsrat-rkn.de