

Übersicht Ernährung in der Kindertagespflege

Essen sollte von Anfang an Freude bereiten. Daher sollten die Mahlzeiten in angenehmer und ruhiger Atmosphäre stattfinden.

Die folgende Tabelle ist als Empfehlung zu verstehen, sollte jedoch immer an die Bedürfnisse, Vorlieben und das Tempo des Kindes angepasst werden.

| Monat | Nahrung | Zubereitung | Lagerung/Reinigung | Hinweis für KТПP |
|--|--|--|--|---|
| 0 – 4 | Muttermilch | | Abgepumpte Muttermilch trägt ein sehr hohes Keimrisiko, daher muss Kühlketten ununterbrochen eingehalten werden. | Die KТПP ist die „ausgebende Stelle“ und trägt das Risiko. |
| | Säuglingsnahrung, vorzugsweise mit der Kennzeichnung „Pre“. „Ha“ (hypoallergen), „Ha Start“ und „Ha Pre“ | <ul style="list-style-type: none"> - frische Zubereitung mit kaltem Leitungswasser, welches abgekocht wird - Nahrungsmittelreste entsorgen, nicht wieder aufwärmen | <ul style="list-style-type: none"> - Flaschen und Sauger mit Flaschenbürste reinigen - Sauger regelmäßig auskochen - Pulvernahrung trocken und verschlossen lagern | |
| frühestens 5. (spätestens 7. Monat) | Breinahrung als Beikost (reinen Gemüsebrei) | <ul style="list-style-type: none"> - frische Zubereitung - Nahrungsmittelreste entsorgen, nicht wieder aufwärmen - Kein Zusatz von Salz, Aromen oder Zucker | <div style="border: 1px solid #ccc; padding: 10px; background-color: #e6f2ff;"> <p><u>1. Lebensjahr:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - auf Honig verzichten - auf Trinkbreie und milchhaltige Desserts verzichten - ungesüßte Getränke anbieten </div> | Mit der Einführung der Breikosten werden dem Kind zusätzlich Getränke während und zwischen den Mahlzeiten angeboten. Sehr gut geeignet sind hierfür Kräuter- und Früchtetees sowie Mineralwasser. |
| frühestens 6. (ein Monat nach Einführung der Breinahrung) | 2 Breimahlzeiten pro Tag (Milch-Getreide-Brei) | <ul style="list-style-type: none"> - frische Zubereitung - Nahrungsmittelreste entsorgen, nicht wieder aufwärmen - Kein Zusatz von Salz, Aromen oder Zucker | | Die KТПP ist die „ausgebende Stelle“ und trägt das Risiko. |

Übersicht Ernährung in der Kindertagespflege

| | | | | |
|---|---|--|--|--|
| frühestens 7. (ein Monat nach Einführung der zweiten Breimahlzeit) | 3 Breimahlzeiten pro Tag (Getreide-Obst-Brei) | <ul style="list-style-type: none"> - frische Zubereitung - Nahrungsmittelreste entsorgen, nicht wieder aufwärmen - Kein Zusatz von Salz, Aromen oder Zucker | | |
| 13 - 36 | Familienkost | <ul style="list-style-type: none"> - Einhaltung von Temperaturvorgabe bei der Zubereitung („Durchgaren“) - ausschließlich Trinkwasser verwenden | <ul style="list-style-type: none"> - Einhaltung von Temperaturvorgabe bei der Lagerung - Mindesthaltbarkeitsdatum beachten - Rohe, tierische Lebensmittel in geschlossenen Behältnissen aufbewahren - Getrennte Aufbewahrung von „gewerblichen“ und privaten Lebensmitteln - Gründliche Reinigung aller mit tierischen Produkten in Berührung gekommenen Hilfsmitteln | Beachtung der Ernährungspyramide.  <p>Quelle: aid infodienst Idee: S. Mannhardt</p> <p>Die KTPP ist die „ausgebende Stelle“ und trägt das Risiko.</p> |

„Erkläre mir,
und ich werde vergessen.“
 Zeige mir,
und ich werde mich
erinnern.
 Beteilige mich,
und ich werde verstehen!“

Die Verwendung dieses Dokuments ist nur unter folgender Quellenangabe gestattet:

© IKS Sachsen – www.iks-sachsen.de