

# Ernährungskonzept

## 1. Gesunde Ernährung, die Freude macht

- In der Krippe Purzelbaum werden die **Mahlzeiten gemeinsam eingenommen**. Es wird grossen Wert darauf gelegt, dass eine angenehme Tischatmosphäre herrscht, damit die Kinder sich wohl fühlen und ihre Mahlzeit mit Freude geniessen können.
- Bei der Zubereitung der verschiedenen Mahlzeiten wird darauf geachtet, dass es **gesund, frisch und ausgewogen** ist.
- Die Kinder werden **zum Probieren** des Essens **ermutigt**, es besteht aber kein Zwang zum essen.
- Bei den Mahlzeiten wird genügend Zeit eingerechnet, damit Gross und Klein die Möglichkeit haben, dass **Essen selbständig zu sich zu nehmen**.
- Während den Mahlzeiten können die Kinder entscheiden, ob sie **Leitungswasser, ungesüssten Tee oder Mineralwasser** trinken möchten. Während dem Alltag hat jedes Kind eine eigene Flasche mit Wasser.
- Beim Mittagessen wird den Kindern **gekochtes und rohes Gemüse** wie auch verschiedene **Salate** angeboten, aus welchen sie dann etwas auswählen können.
- Beim **Z'Vieri** bieten wir den Kindern ganze Früchte an. Sie können dann auswählen, was für eine Frucht sie möchten und wie viel sie von der jeweiligen Frucht essen mögen (Projekt Purzelbaum bewegt).
- **Säuglingsnahrung und spezielles Zubehör** (Schoppenpulver, Brei, Schoppenflaschen, Trinkflaschen) werden von den Eltern mitgebracht.
- Das **Frühstück** steht den Kindern, welche am Morgen bis um 8 Uhr in die Krippe kommen, zur Verfügung, Kinder, welche zu einem späteren Zeitpunkt kommen, können dann am gemeinsamen **Z'Nüni** ihr Hungergefühl stillen.
- **Süssigkeiten** werden in Mass angeboten.

## 2. Besonderes

- Auf **Allergien und Unverträglichkeiten** bei den Nahrungsmitteln, welche die Kindern haben wird professionell und individuell darauf eingegangen.
- An **Geburtstagen der Kinder** darf sich das jeweilige Kind sein Menü selber aussuchen.

*Die Konzepte und Reglemente des Verein Laibella werden regelmässig überprüft und bei Bedarf aktualisiert.*