

Beispiel für ein eintägiges Seminar für

Erzieher, Pädagogen, Tagesmütter, Lehrer, Ernährungsfachkräfte, Küchenfachkräfte, und Hauswirtschaftliche Fachkräfte, Koordinatoren, Hauswirtschafts- und Betreuungskräfte, Vertreter von Trägerorganisationen, Ausgabepersonal

Thema:

Ernährung in der Krippe

Seminarziel In diesem Tagesseminar werden die aktuellen Erkenntnisse zur Säuglings- und Kleinkinderernährung basierend auf den wissenschaftlichen Ernährungskonzepten des FKE vermittelt. Hintergrundinformationen zur Entwicklung von Kindern werden ebenso dargestellt wie Besonderheiten in der Übergangsphase vom Brei zur Kita-Kost; mit vielen praktischen Anregungen und Tipps für die Zusammenstellung der Mahlzeiten ebenso wie für die Ernährungserziehung in der frühen Kindheit.

Seminarumfang 8 Stunden à 45 Minuten

Programm

Zeit	Inhalte
9.00 – 9.30	Begrüßung, Vorstellung, Erwartungsabfrage
9.30 – 10.15	Grundlagen der Kinderernährung
10.15 – 11.00	Aktuelle Empfehlungen zur Ernährung im 1. Lebensjahr (Milchauswahl, Lebensmittelauswahl für den Brei, praktische Umsetzung in der Krippe)
11.00 – 11.15	<i>Kaffeepause</i>
11.15 – 12.30	Übergangsphase vom Säugling zum Kleinkind (Besonderheiten bei der Lebensmittelauswahl; Mahlzeitengestaltung)
12.30 – 13.30	<i>Mittagspause</i>
13.30 – 14.30	Die Optimierte Mischkost (Lebensmittelmengen und -auswahl für Kleinkinder, Mahlzeitengestaltung und -bewertung in der Krippe)
14.30 – 14.45	<i>Kaffeepause</i>
14.45.-16.15	Ernährungserziehung und Geschmacksentwicklung (Fallbeispiele)
16.15 – 16.30	Abschlussdiskussion; Verabschiedung