



Die Landwegküche

Konzeption einer zeitgemäßen Ernährungsweise

In die Ganztageeinrichtung von Schule und Kindergarten gehört eine Küche, die die Kinder nährt und nach individuellen Bedürfnissen der Kinder ausgerichtet ist. Wir orientieren uns an den Richtlinien der biologischen Vollwertküche (50% Rohkost). Dazu gehört, dass es ausreichende Mahlzeiten gibt, an denen sich die Kinder satt essen können, und es wird ihnen ermöglicht aus dem reichhaltigen Angebot der Lebensmittel zu wählen.

Der Essenplan wird gemeinsam mit den Kindern aus Kindergarten und Schule erstellt. Sie äußern ihre Wünsche und diese verschiedensten Wünsche fließen in die Planung und Umsetzung der Wochenplanung ein.

Es gibt Zeiten, in denen die Schüler oder Kindergartenkinder an der Zubereitung der Mahlzeiten beteiligt sein wollen. In Absprache mit der Köchin helfen bis zu vier Kinder, je nach Alter der Beteiligten.

Neben der Küche gibt es die Kinderküche, eigens für alle Kinder ausgestattet. Hier können Schulkinder selbständig und Kindergartenkinder in Begleitung Speisen zubereiten.

Das Landweg-Konzept beinhaltet den Bildungsanspruch Kochen als Kulturtechnik auf dem Feld der Ernährung anzuerkennen. Die Kinder erlangen ein unverzichtbares

Basiswissen und vielfältige Kompetenzen.

Folgende Mahlzeiten sind eingeplant:
Frühstücksbuffet 7.30 bis 9.00 Uhr
Obstpause 9.30 bis 10.00 Uhr
Mittagessen 11.30 bis 12.30
Nachmittagsmahlzeit 14.00 bis 15.00 Uhr

Kinder, die zusätzlichen Bedarf haben, essen zwischendurch, meist Obst oder Reiswaffeln. Für die Obstpause bringen die Kinder Obst und Gemüse von zu Hause mit, häufig im eigenen Garten geerntet.

Bei der Mitarbeit erfahren sie die hygienischen Regeln im Umgang mit Lebensmitteln. Schnell werden diese zu einer Selbstverständlichkeit (Händedesinfektion).

Eine wöchentlich wechselnde Gruppe aus drei bis vier Schülern und einer erwachsenen Begleitperson hilft den Essenraum wieder aufzuräumen. Dazu gehören: restliches Geschirr abräumen, Tische abwischen, Stühle an den Tisch stellen, Raum ausfegen und das Salatbuffet abräumen.

Die anwesende Köchin erledigt das Abwaschen des Geschirrs und bringt die Küche in Ordnung, die Kinder des

Tischdienstes stellen das Geschirr in die Schränke zurück.

Beschaffung und Verarbeitung von Lebensmitteln

Wir kombinieren das frisch geerntete Saisongemüse aus dem eigenen Garten oder von den umliegenden Erzeugern mit Nudeln, Hülsenfrüchten und Getreide. Selbst die einfachen Zutaten werden sorgfältig und aufmerksam zubereitet. Die Rezepte sind einfach, das Hauptaugenmerk liegt auf dem Geschmackserlebnis der einzelnen Lebensmittel. Bei der Verwendung der Zutaten achten wir auf Frische und erstklassige Qualität. Feine Zutaten wie gutes Olivenöl und Essig, Oliven & Kapern, Nüsse, Samen und Sprossen, frische Kräuter veredeln die Speisen. Fleisch und Fisch finden in der biologischen Vollwertküche jeweils einmal in der Woche Verwendung. Die verwendeten Lebensmittel stammen aus dem Bio-Großhandel, von umliegenden Erzeugern oder von Lebensmittelhändlern der Region.

Im großzügigen, offenen Speiseraum mit den raumhohen Fenstern geht es lebhaft zu. Das Mittagessen ist jeden Tag ein besonderes Ereignis, die Kinder freuen

sich an den vielfältigen Speisen, die sie sich mit den verschiedenen Salaten oder Gemüsesorten zusammenstellen können. Immer wieder kommt es vor, dass ein Gericht ihnen so gut schmeckt, dass sie es zu Hause nachkochen wollen.

Ziel könnte es sein ein Landweg-Kochbuch zu schreiben, in dem die beliebtesten Gerichte aufgeschrieben sind und das jederzeit erweitert werden kann.

(Susanne Reisinger, Köchin bis 2014 im Landweg e.V.)

Finanzierung

Die Verpflegung muss in die Schulstruktur integriert sein, damit vernünftige Qualität der Speisen zu einem für Eltern und Landweg e.V. tragbaren Preis bei gleichzeitig geringstem Verwaltungsaufwand produziert werden können. Ein festgelegter Pauschalbetrag, der das gesamte Schuljahr, auch während der Ferien und Krankheit gezahlt wird, deckt die entstehenden Kosten ab.