

# Kleine Oase auf dem Weg zur nachhaltigen Kita !



**Mittwoch: 25.04.2018**

Zu einer nachhaltigen Kita gehört auch eine ausgewogene Ernährung. Hiermit beschäftigen sich die Kinder der „Kleinen Oase“, um die Bedeutung und Wichtigkeit einer gesunden Ernährung kennenzulernen.

Seit Wochen „wächst“ in unserer Einrichtung die Ernährungspyramide im Flur. Hier können Kinder mit ihren Eltern genau sehen, wie wichtig das Trinken und eine abwechslungsreiche, ausgewogene Ernährung ist.

Nachdem in jeder Gruppe „Trinkoasen“ entstanden sind folgt nun das gesunde Frühstück. Hier ist gut zu beobachten, dass auch vielen Eltern dies ein Anliegen ist und sie ihren Kindern abwechslungsreiche Frühstückscerealien mitgeben.

*(Frühstückscerealien oder Zerealien sind Getreideprodukte, die mit Wasser, Milch oder Fruchtsaft aufgegossen werden und einen Brei ergeben. Traditionelle Produkte sind Cornflakes, Haferflocken und Müsli.)*

Auf Wunsch von Eltern und Kinder, bieten wir nun regelmäßig ein Frühstücksbuffet an, an dem sich alle Familien beteiligen können. So entsteht eine reichhaltige Vielfalt, die von den Kindern gerne angenommen wird.

Melanie Börner

