

1 KiTa: Lern- und Lebensort auf Zeit, auch für Essen und Ernährung – eine Einführung

Zwischen Ernährung und Erziehung besteht vom ersten Lebenstag an ein enger Zusammenhang. Von Anfang an ist für die Entwicklung des Kindes bedeutend, wer dem Kind welche Nahrung gibt, wie auf die Bedürfnisse des Kindes reagiert wird, wie diese befriedigt werden und wie die Interaktion bei der Nahrungsaufnahme gestaltet ist. All dies ist entscheidend für die Entwicklung, Sozialisation und Erziehung des Kindes.

Eine enge Verbindung von Erziehung und Ernährung zeigt sich auch in den Sprachen: In vielen europäischen Sprachen wurden Ernährung und Erziehung synonym verwendet, sie bedeuteten zunächst dasselbe: Kinder benötigen die Nahrung für »Geist und Seele« ebenso wie für die Entwicklung des Körpers, und die Entwicklung von Körper und Geist bedarf der Pflege (Seichter, 2012, 2014a). Die enge Beziehung zwischen Ernährung und Erziehung findet sich heute noch, wenn z. B. Hunger und Durst auch auf Bildung und Wissen bezogen werden: Kinder werden mit Wissen »gefüttert« und »gefüllt«, sie »dürsten nach Wissen« (s. Seichter, 2014a, S. 3 f.).

1.1 Ernährung und Entwicklung – Der Mensch ist, was er isst

1.1.1 Kinder müssen essen und lernen zu essen

Essen, eine der selbstverständlichsten Handlungen im Alltag, ist auch ein zentraler Lernbereich. Dies zu erkennen, ist nicht selbstverständlich, denn essen, das tun alle, jeden Tag, mehrfach. Essen ist ein menschliches Grundbedürfnis: Ohne Nahrung ist kein Überleben, keine Leistungsfähigkeit und für Kinder keine Entwicklung möglich. Essen ist daher – oder dennoch – eine Alltagshandlung, die nach Vorstellung vieler keiner besonderen Anleitung bedarf.

Kinder müssen jedoch lernen zu essen: Anders als manche Tiere, die dies sofort ohne Hilfe können, muss ein Mensch erst die körperlichen Voraussetzungen entwickeln, lernen, sie zu nutzen und zu unterscheiden, was verträglich ist und was aus physiologischer Perspektive sozusagen guttut. Von Beginn des Lebens an lernt ein Kind, »Geschmack zu finden«. Es lernt, aus der prinzipiellen Vielfalt und dem konkreten Angebot der Möglichkeiten zu wählen und seinen Essalltag zu gestalten. Allerdings war die Auswahl in der Menschheitsgeschichte vermutlich meist begrenzt, und die Mehrzahl der Menschen musste den Kampf gegen den Hunger führen. Heute beinhaltet dies in Westeuropa vorrangig den Umgang mit einer Vielfalt, die gleichzeitig Ernährungssicherheit ermöglicht und Ernährungsprobleme bewirken kann. Sich diesen Herausforderungen kompetent zu stellen, ist wichtig, denn auf der physischen Ebene kann der Körper nur aus dem auf- und umgebaut werden, was man ihm an Nahrung zuführt. In diesem Sinne ist der Mensch, was er isst. Die daraus erwachsende Verantwortung muss für die Kinder von den jeweils verantwortlichen Erwachsenen übernommen wer-

den. Was Kinder wann und wie essen, beschäftigt von jeher vor allem diejenigen, die – meist in der Familie – für das Hineinbegleiten des Kindes ins Leben, für seine Versorgung, Erziehung, Bildung und Betreuung verantwortlich sind.

Seit im 19. Jahrhundert die Forschung zur Ernährung begann, wurden auch allgemeine Vorgaben zur »richtigen« Ernährung entwickelt, auch Forderungen zur Ernährung der Kinder. Heute verfügen wir in der »westlichen Welt« über ausdifferenzierte Empfehlungen und zahlreiche Nahrungsmittel zur optimalen Ernährung der Kinder. Die öffentliche Diskussion darüber, welche Ernährung für Kinder »gut« und welche »schlecht« ist, repräsentiert einerseits die Entwicklung der Wissenschaft und die Zunahme des allgemeinen Wissens. Andererseits belegen die unterschiedlichen Diskurse auch, welche Verunsicherungen durch Informationen zur Gefährdung, zu Skandalen und zu Irrungen und Wirrungen durch neue »Giftwarnungen« und »Heilslehren«, die durch unterschiedliche Medien geistern, hervorgerufen werden.

1.1.2 Essen und Ernährung – Wollen und Sollen

Essen und *Ernährung* – diese beiden Begriffe spiegeln, wie der Ernährungspsychologe Pudel (2002a) es feststellt, zwei grundlegende Konnotationen zum Essen wider:

1. *Das alltägliche Essen*: Dieses alltägliche Essen wird vor allem als »privat« erlebt, d. h. als ein – zumindest aus subjektiver Sicht – letzter Bereich der Selbstbestimmung. Dabei ist es durch unterschiedliche Ziele und Bedingungen bestimmt, es ist eine Quelle von Lust und Genuss und folgt physischen, psychischen und sozialen Bedürfnissen, Motiven und Regeln. Es kann aber auch ein Zeit und Kraft raubender Arbeitsbereich sein.
2. *Die Ernährung*: Ernährung ist die bewusste Zufuhr von Nahrungsmitteln, die der Körper benötigt. Oder anders formuliert: Mit Ernährung wird von den meisten Menschen die Zufuhr der lebenswichtigen Nährstoffe und damit das »richtige« Essen verstanden, das auch den wissenschaftlichen Erkenntnissen und Empfehlungen entsprechen sollte.

Ernährungsempfehlungen stellen so einen »öffentlichen Eingriff« in das »private Leben« dar. Gleichzeitig bieten sie Hilfe zur Orientierung, zur Prävention und – im Falle von Krankheiten – auch der Therapie. Essen und Ernährung spiegeln im Alltag also den Widerspruch zwischen *Wollen* und *Sollen*, zwischen privat und öffentlich. Vielleicht ist es dieser Widerspruch, der dazu führt, dass auch dort, wo sich Kinder in einer öffentlichen Institution wie der KiTa befinden und davon abhängig sind, wie sie dort betreut und versorgt werden, die volle Verantwortung für ihre Ernährung dennoch meist der Familie zugeschrieben wird.

Für den Widerspruch zwischen »Sollen und Wollen« gibt es inzwischen nicht nur differenzierte Erklärungen, sondern auch Lösungswege, genau genommen sogar einfache und gesellschaftlich gesehen preiswerte Lösungswege: Wenn Kinder von Beginn an das essen, was für sie gut ist und dazu auch Vorbildern folgen können, dann lernen sie dies als schmackhaft zu werten und als »ihr Essen«

in ihre Essbiographie einzuordnen. Wenn sie in zwei Esskulturen aufwachsen, werden sie beide akzeptieren. Die Kindertageseinrichtung (im Folgenden KiTa)¹ ist also ein idealer Ort, um Kinder über das angebotene Essen daran zu gewöhnen, was sinnvoll und förderlich für ihre Entwicklung ist: KiTa-Mahlzeiten sind zentrale Institutionen einer Ess-Enkulturation und Sozialisation, die der Entwicklung der Kinder dienen können – sofern die Qualität stimmt. In diesem Sinne müssten wir nicht nur von Essen und Ernährung, sondern auch von *Ess- und Ernährungsbildung* sprechen. Da Essbildung jedoch im deutschen Sprachraum nicht üblich ist, wird im Folgenden nur von Ernährungsbildung gesprochen, die »Essbildung« ist damit einbezogen.

1.1.3 »Is(s)t KiTa gut«? – Bisher meistens nicht!

Ein großer Teil der KiTas in Deutschland beteiligt sich leider noch daran, die weniger gewünschte Ess-Sozialisation zu fördern und damit den Kindern und ihrer gesundheitlichen Entwicklung »Steine in den Weg zu legen«. Die von Arens-Azevêdo und ihrem Team durchgeführte und von der Bertelsmann-Stiftung geförderte Erhebung »Is(s)t KiTa gut?« (Arens-Azevêdo, Pfannes & Tecklenburg, 2014) brachte leider wenig Erfreuliches zu Tage: Auf jeder Ebene der Ernährungsversorgung, angefangen von den Speiseplänen über die Professionalität der Verantwortlichen bis zu den räumlichen Rahmenbedingungen, entspricht die bundesdeutsche Realität meist nicht den Erfordernissen. Zum Zeitpunkt der Erhebung im Jahre 2013 nahmen über 1,8 Millionen KiTa-Kinder in Deutschland täglich ein Mittagessen in ihrer KiTa ein (Arens-Azevêdo et al., 2014, S. 6 ff.). Einerseits ist dies schon eine große Zahl von Kindern, für die in der KiTa für Essen und Ernährung am Mittagstisch die Verantwortung übernommen wird – bzw. werden sollte. Andererseits waren es aber nur knapp zwei Drittel aller Kinder, die eine KiTa besuchten. Für das andere knappe Drittel wird – mehr oder weniger – das alte Verpflegungskonzept fortgesetzt, die (erweiterte) Frühstückspause, »Brotzeit« oder »Vesper« (je nach regionaler Bezeichnung), weil viele Kinder die KiTa nicht den ganzen Tag besuchen (können). In den neuen Bundesländern ist in den schon länger bestehenden KiTas der Anteil am Mittagessen teilnehmender Kinder höher.

Neben dem fehlenden Angebot lässt auch die Qualität des Essens zu wünschen übrig: Anders als in den »Qualitätsstandards für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder« der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE, 2014) vorgegeben, zeigt die Auswertung der Speisepläne, dass die Einrichtungen

- nur etwa zu 50 % täglich Gemüse zum Mittagessen,

1 In diesem Buch wird die Bezeichnung Kindertageseinrichtung (KiTa) für alle Einrichtungen für Kinder zwischen Geburt und Schulbeginn verwendet, eingeschlossen ist also auch die Krippe für Kinder unter drei Jahren. Bei einer Verwendung der Bezeichnung Kinderkrippe wird nur auf Kinder unter drei Jahren Bezug genommen.

- nur 19 % in einem Zeitraum von 20 Verpflegungstagen mindestens achtmal Salat oder Rohkost
- und nur zu gut 10 % häufig genug Obst

anbieten. In 46 % der untersuchten KiTas werden dagegen *zu häufig* Fleisch und Fleischerzeugnisse angeboten.

Die institutionellen Strukturen der KiTa werfen weitere Fragen auf: Ein Drittel (34,1 %) der befragten KiTas gibt an, sich für die Gestaltung ihres Verpflegungsangebots an externen (wissenschaftlich fundierten) Standards zu orientieren. In einem Lebensbereich, der einen wesentlichen Einfluss auf die gegenwärtige und zukünftige Gesundheit der Kinder hat, wird also – positiv formuliert – in der Mehrzahl der KiTas nach »Gutdünken« der jeweils Verantwortlichen gehandelt. Negativ könnte man dieses Vorgehen auch als willkürlich bezeichnen. In den meisten anderen öffentlichen Bereichen gelten DIN-Vorschriften, sind TÜV-Prüfungen und andere Normierungen und Kontrollen verpflichtend, auch wenn diese nicht diese Relevanz wie der Bereich Essen und Ernährung für das Wohlergehen und die Entwicklung des Kindes haben. Falls die Toilettenschüssel ein oder zwei cm zu groß ist, kann dies die Betriebsgenehmigung für eine KiTa gefährden. Was für jeden Alltagsgegenstand, jedes Spielgerät gilt, fehlt für die Qualitätssicherung bei der KiTa-Verpflegung.

Mangelnde Regulierung zeigt sich auch bei der Vertragsvergabe mit Dienstleistern (z. B. Caterern), bei denen noch allzu oft keine bzw. unzureichende oder indifferente Qualitätskriterien ausgewiesen sind. Dazu zählen Kriterien wie Hersteller- und Einkaufsnachweis, Bearbeitung der Speisen, Speisen-Zusammenstellung, Mengen u. v. a. m. Die langfristigen gesundheitlichen Folgen einer ungenügenden Qualität der Ernährung werden noch in zu hohem Maße ignoriert.

Die Chancen einer gut ausdifferenzierten Kindertagesbetreuung für die Entwicklung und Bildung der Kinder bis zum Schuleintritt, für die Vereinbarkeit von Familien- und Erwerbsarbeit sowie für die Unterstützung von Familien wurden in den westlichen Bundesländern bis Mitte der 1990er Jahre wenig genutzt. Der breitere Aufbau von Kindergärten begann in den 1960er Jahren (bis auf Ausnahmen) für die Vormittagsbetreuung von Kindern ab vier Jahren. In den folgenden Jahrzehnten wurde es legitimer, Kinder vor dem Schuleintritt einen Kindergarten besuchen zu lassen, um den Übergang in die Schule zu erleichtern. Die Vorstellung, dass die Aufgabe der Erziehung und Betreuung eine Aufgabe der Familien (d. h. konkret meist der Frauen) ist, leitete – und leitet weitgehend immer noch – die deutsche Familienpolitik. Dass noch heute nicht in allen Bundesländern die Verpflichtung besteht, Kindern auch bei verlängerten Öffnungszeiten eines Kindergartens von sechs bis sieben Betreuungsstunden pro Tag eine warme Mittagsmahlzeit anzubieten, ist ein Ausdruck davon. Das Ehegattensplitting, der späte und zögerliche Ausbau der Ganztagschulen und die aktuelle Diskussion um das (wieder gestoppte und bisher nur in Bayern weiter bestehende) Betreuungsgeld für Familien, die keinen Krippenplatz beanspruchen, werden in diesem Zusammenhang als Ausdruck einer Gesellschaft, die immer noch auf die Verfügbarkeit der »Hausfrau« setzt, kritisch diskutiert.

Diese Entwicklung macht deutlich, dass die stockende Entwicklung der Ernährungsversorgung in der KiTa durch familienpolitische Entscheidungen beeinflusst war und ist. Für die Kommunen spielen sicherlich auch ökonomische Argumente eine Rolle. Aus volkswirtschaftlicher Sicht bringt der KiTa-Aufbau allerdings durch die nachgewiesenen Vorteile in der Bildungs- und Berufsbiographie einen bedeutsamen Gewinn.² Zudem ist die Notwendigkeit des Ausbaus angesichts des Wandels der Lebensbedingungen und -formen inzwischen auch weitgehend unhinterfragt (Bartsch & Methfessel, 2012a).

Bezogen auf das Thema *Essen und Ernährungsbildung* ist festzuhalten, dass die KiTa eine optimale Möglichkeit für die Versorgung und Prävention für *alle* sozialen Gruppen bildet – *und* die Verpflichtung dazu hat.

Der rasche KiTa-Ausbau verlangt die Herausbildung neuer Strukturen – sowohl bezogen auf den Betreuungsumfang wie auf die Altersgruppen. Die Umstellung vom gemeinsamen Verzehr des Frühstücks, das aus den (in den Familienhaushalten gefüllten) Brotdosen genommen wird, hin zu einer Versorgung mit zwei Hauptmahlzeiten und Varianten der Zwischenmahlzeiten erfordert in der KiTa eine Neuorganisation von Zeiten, Räumen und Kooperationen der Akteure (inklusive Arbeitsbereichen und Arbeitsteilung). Angesichts der unterschiedlichen rechtlichen Rahmenbedingungen, Anbieterstrukturen und damit verbundenen Verantwortlichkeiten kann diese Verbesserung zu mehr »Schnittstellen« zwischen allen beteiligten Akteuren und Institutionen führen – und nicht zuletzt zu höheren Investitionen (auch im baulichen Bereich). Mit all diesen Fragen und Problemen müssen sich die Leitungskräfte vor Ort bisher im Wesentlichen alleine auseinandersetzen. Auf finanzielle, personelle und räumlich ausreichende sowie effektive Strukturen können sie sich nicht stützen. Leidtragende sind einerseits die Kinder und ihre Familien und andererseits die pädagogischen Fachkräfte, weil sie alle Schwierigkeiten der Übergangssituation bewältigen müssen.

Die Vorstellung, dass die Eltern (allein) für die Ernährung der Kinder verantwortlich sind, ist sowohl überholt als auch rechtlich nicht zutreffend. Nach der UN-Kinderrechtskonvention von 1989 (1990 von Deutschland unterzeichnet und seit 1992 in Kraft; BMFSFJ, 2014) ist der Träger einer KiTa verpflichtet, Kinder nicht nur ausreichend, sondern auch gesundheitsförderlich zu ernähren und zu versorgen. Diesem Anspruch *muss* entsprochen werden. Da Ernährung grundlegend für Gesundheit und Lebensqualität ist, schließt diese Forderung auch eine Ernährungsbildung ein (Scherbaum, Lemke & Bellows, 2012a, 2012b).

In diesem Buch wird immer der Begriff »gesundheitsförderlich« anstelle des oft zu lesenden Begriffs einer »gesunden« Ernährung verwendet (► Kasten 1.1).

² Vgl. Interview mit der Ökonomin Katharina Spieß von A. Hagelüken, Süddeutsche Zeitung vom 08.10.2015, S. 21 (s. dazu auch bereits zehn Jahre zuvor Kluge, 2005).

Kasten 1.1: »Gesund« oder »gesundheitsförderlich«?

Im Alltag wird der Begriff »gesund« häufig als Adjektiv oder Adverb genutzt wie bei »gesunde« Ernährung oder »gesundes« Lebensmittel oder etwas ist »gesund«. Dies ist einerseits inhaltlich nicht korrekt und beinhaltet andererseits eine problematische Einengung.

Ernährungsweisen und -angebote als »gesund« zu bezeichnen, beinhaltet, ein System oder einen Handlungsbereich als »gesund« zu bewerten: *»Is(s)t diese Person nicht essgestört?«, das heißt, »Ist sie psychisch, physisch und sozial »gesund«?«, »Beachtet sie alle Regeln zur Gesundheitswirkung von Ernährung?« bzw. »Ist die Organisation der KiTa gesund, oder »krankt« sie an etwas?«*

Bezogen auf Lebensmittel bedeutet »gesund«, dass das Lebensmittel nicht von Krankheiten befallen ist. Ein Lebensmittel, eine Lebensmittelgruppe oder ein Essstil kann alleine nicht die Gesundheit sichern, dies kann nur durch eine Zusammenstellung von Lebensmitteln und Lebensweisen gewährleistet werden, die den aktuellen Bedarf deckt. Aus diesem Grund ist die wissenschaftlich korrekte Bezeichnung »gesundheitsförderlich«. Der Begriff beinhaltet, dass ein Lebensmittel oder ein Essstil (a) einen Beitrag zur Förderung der Gesundheit leisten kann oder (b) wenig gesundheitsförderlich oder der Gesundheit abträglich ist, sodass die gesundheitliche Entwicklung behindert oder erschwert wird.

Gesundheit und Krankheit sind Ergebnisse komplexer Prozesse, die nicht durch einen einfachen kausalen Zusammenhang erklärt werden können. Eine gesundheitsförderliche Ernährung kann – wie der Begriff ausdrückt – (nur) einen Beitrag zur Förderung der Gesundheit leisten.

Essen hat für die Menschen eine physische, psychische und soziale Funktion (► Kap. 3). Wenn im Weiteren von einer »bedarfsgerechten Ernährung« gesprochen wird, dann wird darunter vorrangig verstanden, dass die Ernährung dem *physischen* Bedarf des Menschen entspricht.

1.2 Essen und Ernährung – ein vielseitiges und herausforderndes Bildungs- und Handlungsfeld der KiTa

1.2.1 Ess-Enkulturation und Ess-Sozialisation in der KiTa

Vom ersten Tag an sind Essen und Ernährung verbunden mit Enkulturation und Sozialisation. Seit Menschen Nahrung auswählen und bearbeiten (müssen), entwickeln sie Esskulturen, deren Übernahme bzw. (bildlich und wörtlich) Inkorporation vor allem durch Essen im jeweils kulturellen Umfeld erfolgt. Darüber wird auch vermittelt,

- was gegessen werden soll oder darf und welche Normen und Werte damit verbunden sind,
- wie Nahrungsmittel bearbeitet werden und
- in welcher Form zusammen gegessen wird.

Esskulturen leiten unbemerkt unseren Alltag, weil sie gewissermaßen den Rahmen für die Entscheidungen des Alltags bieten wie: Welche Nahrungsmittel und Speisen sind zu essen? Was ist ein »gutes«, was ein »weniger gutes Essen«? Wie,

wo, was und wann wird gegessen? Esskulturen zu vermitteln, gehört auch zu den Aufgaben der KiTa. Einerseits geschieht dies durch die Ess-Sozialisation und -bildung am gemeinsamen Tisch; andererseits sind Themen rund um das Essen ebenfalls Teil des Bildungsauftrags (§ 22 SGB VIII), der alle Bildungs- und Entwicklungsfelder berührt, vor allem aber den Bildungsbereich *Körper, Bewegung, Gesundheit*.

Empfehlungen zur Kinderernährung folgten nie allein dem Stand des Wissens, sondern immer auch den Vorstellungen einer richtigen »Esserziehung«, wie u. a. Empfehlungen zum Stillen und Füttern. Schon der erste Kontakt eines Kindes mit Nahrung ist geprägt vom »in Bezug sein«: Gestillt zu werden oder eine Milchflasche zu erhalten, ist unabdingbar mit sorgenden Personen, in erster Linie der Mutter bzw. den Eltern verbunden. Damit ist nicht nur der Start für die Verknüpfung von Essen und Emotionen gegeben, sondern auch der Start zur sozialen Integration, denn mit zunehmendem Alter gelten die Ess- und Ernährungsregeln der sozialen Gemeinschaft, in der das Kind Mitglied ist, als mitbestimmend für eine Integration.

1.2.2 Erlebnis- und Erfahrungswelt Essen

Essen und Ernährung sind für die KiTa sowohl Bildungs- als auch Handlungsfeld. Essen und Ernährung sind »soziale Totalphänomene« (Mauss, 1968) und damit nicht nur zentrale, sondern auch vielseitige Erlebnis- bzw. Erfahrungswelten der Kinder. Daher sind Essen und Ernährung nicht nur für das Kind und seine zukünftige Entwicklung relevant, sondern sie stellen auch einen umfassenden Bildungsbereich dar: Essen und Ernährung können und sollten mit Lust und Genuss verbunden werden, sie können das Zusammenleben der Menschen erklären und gestalten, und sie können Kompetenzen der Kinder fördern. Als Bildungsbereich kann Essen und Ernährung in der KiTa entsprechend ihrer Rahmenbedingungen unterschiedlich, aber relativ leicht gestaltet werden.

Aufgrund der eigenen Alltagsbewältigung fühlen sich die meisten pädagogischen Fachkräfte dem Bildungsbereich Essen und Ernährung gewachsen, vor allem, wenn sie diesen nach eigenen Vorstellungen und Erfahrungen gestalten können. Ernährungserziehung und -bildung setzt allerdings mehr voraus als das mehr oder weniger zufällige Alltagswissen. Professionelles Wissen und darauf basierende Handlungskompetenzen der Entwicklungs- und Kognitionspsychologie, der Ernährungswissenschaft und -psychologie sowie aktuelle Erkenntnisse der Ernährungsdidaktik sind grundlegend für eine professionelle Ernährungsbildung. Zur Zusammenstellung dieser unterschiedlichen Kompetenzen soll dieses Buch dienen.

1.2.3 Essen und Ernährungsbildung in der KiTa – Ein vernachlässigtes pädagogisches Feld

Zum Themenbereich des Buches können die Leitungen, Träger und Fachberatungen für die KiTa bisher leider noch nicht auf differenzierte pädagogische Er-

kenntnisse und entsprechende Literatur zurückgreifen. Theoriebasierte evaluierte pädagogische Konzepte für die Ernährungsbildung in der KiTa fehlen bisher. Das ernährungswissenschaftliche Wissen zur Kinderernährung hat in den letzten 30 Jahren enorm zugenommen. Auch die Forschung zu Geschmack und Geschmacksentwicklung erbrachte viele wichtige Erkenntnisse für das Essverhalten. So kann man heute auf wissenschaftlich fundierte Kernempfehlungen für die Ernährung von Kindern zurückgreifen. Zudem liegen grundlegende Ergebnisse aus der Ernährungspsychologie vor – wenn auch bislang nur wenige für das unauffällige, alltägliche (»normale«) Essverhalten.

Wie diese Erkenntnisse aber für die KiTa genutzt werden können, wurde bisher im Wesentlichen von Ernährungswissenschaftlern und -wissenschaftlerinnen entwickelt und meist über Bund, Länder und Kommunen sowie über spezifische Institutionen zur Gesundheitsförderung verbreitet. Ein vorbildliches Beispiel ist hier die Initiative »Bewusste Kinderernährung – BeKi« des Ministeriums für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz in Baden-Württemberg (MLR, 2015).

Die in den Ländern nach den Vorgaben der Kultusministerkonferenz (KMK, 2004) formulierten Curricula für die Frühkindliche und Elementarbildung (als Orientierungs- oder Bildungsplan bezeichnet; s. Deutscher Bildungsserver, 2015) geben erste Empfehlungen. In engagierten KiTa-Teams wurden zur Umsetzung Konzepte für die Ernährungsversorgung und -bildung entwickelt. Von unterschiedlich seriösen und qualifizierten Anbietern (von Ministerien und Verbraucherzentralen bis hin zu Firmen) werden zudem auch diverse Konzepte für »Bildungsprojekte« zur Unterstützung der Ernährungsbildung in der KiTa angeboten. Sie werden – auch mangels für die Ernährungsbildung entwickelter Curricula und didaktischer Konzepte – genutzt.

Vor diesem Hintergrund schließt das vorliegende Buch eine wichtige Lücke, da es zentrale ernährungsphysiologische, psychologische, soziologische und pädagogische Grundlagen der Entwicklung und Ernährung von Kindern als Orientierung für die KiTa-Praxis zusammenfasst. Diese Grundlagen sind für eine wissenschaftlich fundierte Ernährungsbildung unabdingbar, mussten hier jedoch stark verdichtet werden. Den Ausführungen zur Gestaltung der Esssituationen, der Ernährung und der Ernährungsbildung in der KiTa liegen neben Zusammenstellungen rechtlicher Vorgaben und Handlungskonzepten auch die Berufserfahrungen der Autorinnen und beruflicher Kooperationspartner/-innen zugrunde.

Aufgrund seiner vielen verschiedenen Gesetzesbezüge, der Länderhoheit, der kommunalen Verantwortung und der Strukturen in einer ausdifferenzierten Trägerlandschaft ist das KiTa-System in Deutschland komplex, kompliziert und teilweise auch unübersichtlich.

1.3 Essen und Ernährungsbildung – ein interdisziplinärer Themenbereich in sieben Kapiteln

1.3.1 Essen und Ernährungsbildung in der KiTa – Der kindlichen Entwicklung »von unten« folgen

Die Herausforderungen im Umgang mit den Themen der Ernährungsbildung und -erziehung stellen sich vom Säuglings- über das Kleinkind- bis zum Vorschul- und Grundschulalter überaus unterschiedlich dar. Das Buch folgt hier der kindlichen Entwicklung: In den Kapiteln werden die einzelnen, am Alter orientierten Entwicklungsphasen aufbauend aufeinander dargestellt – soweit und solange die Entwicklung unterschiedliche pädagogische Anforderungen stellt.

1.3.2 Disziplinäre Forschungsergebnisse – interdisziplinäre Zugänge und Folgerungen

Essen, Ernährung und Ernährungsbildung sind interdisziplinär zu fundierende Themenbereiche, die sich daher auf basale Erkenntnisse aus mehreren Disziplinen stützen. Von besonderer Relevanz sind dabei folgende:

- Die Physiologie untersucht die physische Entwicklung als Voraussetzung von Wachstum, Verdauung und Stoffwechsel sowie die sensorische Entwicklung.
- Die Ernährungswissenschaft mit dem Schwerpunkt Ernährungsphysiologie untersucht aufgrund der physiologischen Grundlagen die Ernährung des Menschen, ermittelt den Bedarf der einzelnen Altersgruppen, bewertet Ernährungsalternativen und gibt Empfehlungen für eine bedarfsgerechte Ernährung.
- Die Entwicklungspsychologie untersucht die psychophysische und psychische Entwicklung des Menschen und bietet für dieses Buch grundlegende Erkenntnisse über die Entwicklung von Emotionen, Lernen und Verhalten.
- Die Ernährungspsychologie erforscht die Grundlagen für die psychische Bedeutung des Essens bzw. die Wechselwirkung von Essen und Psyche sowie die Einflussfaktoren auf Essverhalten und -handeln.
- Die Gesellschafts- und Kulturwissenschaften bieten Theorien zum Verständnis der sozialen Organisation von Menschen – auch durch Essen – und zu soziokulturellen Einflussfaktoren zum Essverhalten und -handeln.

Zur Organisation und Gestaltung der KiTa sind zudem

- juristische Grundlagen,
- Kenntnisse der Organisationsentwicklung und Betriebsführung
- und pädagogische Grundlagen der Frühkindlichen und Elementarbildung, auch basierend auf Ergebnissen der fachdidaktischen Forschung zur Ernährungsbildung

relevant. In diesem Buch wird auf Befunde aus diesen Disziplinen zurückgegriffen und der Stand der Diskussion mit dem Fokus auf *Essen und Ernährungsbildung in der KiTa* zusammengefasst. Die Vielzahl der angesprochenen Facetten

erlaubt nicht, für alle Bereiche relevante Studien und Forschungsmethoden zu deren Generierung vorzustellen. Dazu wird die angegebene Literatur empfohlen.

Bis zum Kapitel 7.9 haben die drei Autorinnen ihre unterschiedlichen Kompetenzen eingebracht, abgestimmt und ein interdisziplinäres und transdisziplinäres Lehrbuch verfasst. Für die Beschreibung und Bewertung der unterschiedlichen Verpflegungskonzepte im letzten Kapitel 7.10 wurden sie von der Kollegin Arens-Azevêdo, einer Expertin in diesem Themenbereich, unterstützt.

1.3.3 KiTa – (H)Ort der Vielfalt

In der UN-Kinderrechtskonvention von 1989 wird jedem Kind das Recht auf *Schutz*, *Versorgung* und *kultureller Beteiligung* zugesprochen. Kein Kind darf ausgegrenzt und ausgeschlossen werden. In der UN-Behindertenrechtskonvention von 2006 wird dieser Anspruch noch einmal bestärkt.

Die bestmögliche Förderung des einzelnen Kindes ist eine pädagogische Zielsetzung der Bildungsinstitutionen, so auch der KiTa. Als erste Bildungsinstitution im Leben des Kindes musste die KiTa schon immer mit der größten Vielfalt der Kinder und der kulturellen Hintergründe der Kinder umgehen. Mit der Zunahme von Immigration aus vielen Ländern der Welt nahm auch in der KiTa die Vielfalt an Nationalitäten und Kulturen unter den Kindern zu – und damit wurde die Aufgabe der Beachtung anderer Kulturen bei der Betreuung, Erziehung und Bildung in der KiTa, auch beim Essen, deutlich ausgeweitet. Auch die Integration der Kinder mit einer Behinderung ist nicht neu (s. dazu Sarimski, 2012). Die interindividuelle Vielfalt und Heterogenität war und ist einerseits eine Herausforderung und andererseits in der Regel auch ein Gewinn für die Bildungsinstitutionen und damit die Gesellschaft.

In den einzelnen Kapiteln des Buches werden wissenschaftliche Grundlagen zu Essen und Ernährungsbildung zusammengestellt, die für Kinder aller Kulturen gelten. Zudem werden Hintergründe und Bedeutungen kultureller Unterschiede erläutert. Wie diese berücksichtigt werden, kann erst bei den konkreten Planungen unter Beachtung der örtlichen Rahmenbedingungen in der KiTa entschieden werden. Die Kriterien für die Erstellung eines Verpflegungskonzeptes, wie sie in Kapitel 7 ausgeführt sind, sind eine Richtschnur.

Wo dies möglich ist, wird auf kulturelle Unterschiede hingewiesen. Dabei betreffen diese nicht nur unterschiedliche ethnische und religiöse, sondern auch soziale Kulturen. Auch für Kinder mit speziellen gesundheitlichen Problemen (z. B. bei Allergien) werden Orientierungen gegeben. Für weitere diagnostizierte spezifische gesundheitliche Risiken, Störungen oder Behinderungen und die damit verbundenen Anforderungen muss die betroffene KiTa eine professionelle Beratung einbeziehen. Die damit verbundenen Fragen und Aufgabenfelder sind so spezifisch, dass sie hier nur verkürzt und damit wenig hilfreich ausgeführt werden könnten.

Eltern älterer Kinder, die sich vielleicht zum ersten Mal wissenschaftlich fundierter mit der Ernährung von Kindern, vor allen von Säuglingen und Kleinkindern beschäftigen, können sich angesichts der vielen Vorgaben nur wundern,