

# Checkliste Kitaverpflegung

Die Checkliste zum „Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder“ der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) dient Ihnen als Instrument zur eigenständigen Überprüfung des derzeitigen Verpflegungsangebots in Ihrer Einrichtung. In der Spalte „erfüllt“ bzw. „nicht erfüllt“ tragen Sie ein, inwieweit die Kriterien des Qualitätsstandards bereits umgesetzt sind. Die mit der Checkliste vorgenommene Selbsteinschätzung garantiert zwar nicht das Bestehen des Audits, ist aber eine Hilfestellung auf dem Weg dorthin. Auf einen Blick erkennen Sie, welche Schritte noch erforderlich sind, um eine optimale Verpflegung anzubieten. Nähere Informationen zur **FIT KID-Zertifizierung** oder zur **FIT KID-PREMIUM-Zertifizierung** finden Sie auf der Rückseite der Checkliste.

Alle Angaben beziehen sich auf 20 Verpflegungstage (4 Wochen) und mindestens eine Menülinie.

## ■ FIT KID-Zertifizierung

Qualitätsbereich Lebensmittel: Mittagsverpflegung	erfüllt	nicht erfüllt
<b>Getreide, Getreideprodukte und Kartoffeln</b>		
20 x Getreide, Getreideprodukte oder Kartoffeln		
davon:		
mind. 4 x Vollkornprodukte		
max. 4 x Kartoffelerzeugnisse		
Reis: Parboiled Reis oder Naturreis		
<b>Gemüse und Salat</b>		
20 x Gemüse (frisch oder tiefgekühlt), Hülsenfrüchte oder Salat		
davon: mind. 8 x Rohkost oder Salat		
<b>Obst</b>		
Mind. 8 x Obst		
Obst: frisch oder tiefgekühlt ohne Zuckerzusatz		
<b>Milch und Milchprodukte</b>		
Mind. 8 x Milch oder Milchprodukte basierend auf folgenden Qualitäten:		
Milch: 1,5 % Fett		
Naturjoghurt: 1,5 % bis 1,8 % Fett		
Käse: max. Vollfettstufe ( $\leq 50$ % Fett i. Tr.)		
Speisequark: max. 20 % Fett i. Tr.		
<b>Fleisch, Wurst, Fisch, Ei</b>		
Max. 8 x Fleisch/Wurst		
davon: mind. 4 x mageres Muskelfleisch		
Mind. 4 x Seefisch (aus nicht überfischten Beständen)		
davon: mind. 2 x fettreicher Seefisch		

	erfüllt	nicht erfüllt
<b>Fette und Öle</b>		
Rapsöl ist Standardöl		
<b>Getränke</b>		
20 x Trink- oder Mineralwasser		
<b>Qualitätsbereich Speisenplanung &amp; -herstellung</b>		
<b>Speisenplanung</b>		
Menüzyklus beträgt mind. 4 Wochen		
Auf Anfrage ist ein ovo-lacto-vegetarisches Gericht im Angebot		
Saisonales Angebot wird bevorzugt		
Kulturspezifische und regionale Essgewohnheiten sowie religiöse Aspekte sind berücksichtigt		
Getreide, Getreideprodukte und Kartoffeln werden abwechslungsreich angeboten		
Bei Lebensmittelunverträglichkeiten wie Allergien ist die Teilnahme ermöglicht		
Wünsche und Anregungen der Kinder sind berücksichtigt		
<b>Speisenherstellung</b>		
Auf fettarme Zubereitung wird geachtet		
Max. 4 x frittierte und/oder panierte Produkte		
Für die Zubereitung von Gemüse und Kartoffeln werden nährstoffschonende Garmethoden angewendet		
Frische oder tiefgekühlte Kräuter werden bevorzugt		
Jodsalz wird verwendet, sparsam salzen		
Zucker wird sparsam verwendet		
Kurze Warmhaltezeiten werden eingehalten, Warmhaltezeiten für alle Komponenten max. 3 Stunden		
Lager-, Transport- und Ausgabetemperatur von kalten Speisen beträgt max. 7 °C		
Warmhalte-, Transport- und Ausgabetemperatur von warmen Speisen beträgt mind. 65 °C		
<b>Gestaltung des Speisenplanes</b>		
Aktueller Speisenplan ist vorab den Eltern regelmäßig zugänglich		
Beim Angebot mehrerer Menülinien sind diese übersichtlich dargestellt		
Nicht übliche und nicht eindeutige Bezeichnungen sind erklärt		
Bei Fleisch und Wurstwaren ist die Tierart benannt		
Der Speiseplan ist kindgerecht gestaltet		

Qualitätsbereich Lebenswelt		
Speisenbereich ist hell, bietet ausreichend Platz und ist mit altersgerechten Mobiliar ausgestattet		
Mahlzeiten sind von den übrigen Aktivitäten abgegrenzt		
Essenszeiten sind festgelegt		
Angemessene Essenszeiträume werden eingehalten		
Essenszeiten werden durch das pädagogische Personal betreut		
Eltern erhalten Informationen zum Ernährungskonzept		

---

Das Einhalten der für die Gemeinschaftsverpflegung geltenden rechtlichen Bestimmungen ist Voraussetzung für eine Zertifizierung,

---

## ■ FIT KID-PREMIUM-Zertifizierung

(zusätzlich zu den oben genannten Kriterien)

Qualitätsbereich Nährstoffe: Mittagsverpflegung	erfüllt	nicht erfüllt
Mittagsverpflegung erfüllt nach max. 20 Verpflegungstagen (4 Wochen) im Durchschnitt die D-A-CH-Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr		
Zubereitungsanweisungen liegen am Arbeitsplatz vor		
Nährstoffberechnete Rezepte werden umgesetzt		
Portionsgrößen der nährstoffberechneten Speisen sind ersichtlich		
Nährstoffoptimierte Gerichte sind auf dem Speisenplan optisch hervorgehoben		

---

Das Einhalten der für die Gemeinschaftsverpflegung geltenden rechtlichen Bestimmungen ist Voraussetzung für eine Zertifizierung.

---

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

# Zertifizierung für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder



Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) bietet Tageseinrichtungen für Kinder zwei Möglichkeiten, das Angebot einer vollwertigen Verpflegung auszeichnen zu lassen – durch die **FIT KID-Zertifizierung** und die **FIT KID-PREMIUM-Zertifizierung**. Die Basis für diese Zertifizierung bildet der von der DGE herausgegebene „Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder“.

## FIT KID-Zertifizierung

Tageseinrichtungen für Kinder, die die Kriterien der drei Qualitätsbereiche Lebensmittel, Speisenplanung & -herstellung und Lebenswelt erfüllen, sind berechtigt, die Bezeichnung FIT KID-Zertifizierung zu führen. Die Qualitätsbereiche sind folgendermaßen definiert:

- **Lebensmittel:** Mittagsverpflegung (optimale Lebensmittelauswahl und Anforderungen an den Speisenplan)
- **Speisenplanung & -herstellung:** Kriterien zur Planung und Herstellung der Speisen für die Mittagsverpflegung, Gestaltung des Speisenplans
- **Lebenswelt:** Rahmenbedingungen in Tageseinrichtungen für Kinder (z. B. Essenszeiten)

Sind die Kriterien dieser Qualitätsbereiche erfüllt, wird der Einrichtung nach erfolgreichem Audit ein Logo-Schild verliehen, das die FIT KID-Zertifizierung dokumentiert.

Zusätzlich besteht die Möglichkeit, die Umsetzung einer Nährstoffoptimierung des Verpflegungsangebotes auditieren zu lassen und dies als FIT KID-PREMIUM-Zertifizierung auszuloben.

## FIT KID-PREMIUM-Zertifizierung

Der zentrale Bestandteil der FIT KID-PREMIUM-Zertifizierung ist der Qualitätsbereich Nährstoffe. In diesem erfolgt eine Nährstoffoptimierung des Speisenplans für die Mittagsverpflegung auf Basis der berechneten Rezepte. Bei einer Mittagsverpflegung müssen nährstoffoptimierte Speisenpläne für 4 Wochen vorliegen. Nach bestandenem Audit wird der Tageseinrichtung für Kinder ein Logo-Schild verliehen, das die FIT KID-PREMIUM-Zertifizierung ausweist.

Durch regelmäßige Re-Audits wird die zertifizierte Qualität langfristig gesichert.

Weitere Informationen zur Zertifizierung können Sie unter [www.fitkid-aktion.de](http://www.fitkid-aktion.de) abrufen.

Haben Sie Fragen oder Anregungen? Sprechen Sie uns an!

## FIT KID – Die Gesund-Essen-Aktion für Kitas

Telefon: 0228 3776-873

Telefax: 0228 3776-78-873

E-Mail: [fitkid@dge.de](mailto:fitkid@dge.de)

[www.fitkid-aktion.de](http://www.fitkid-aktion.de)

[www.fitkid-inform.de](http://www.fitkid-inform.de)

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.  
Referat Gemeinschaftsverpflegung und Qualitätssicherung  
FIT KID – Die Gesund-Essen-Aktion für Kitas  
Godesberger Allee 18  
53175 Bonn  
[www.dge.de](http://www.dge.de)

Über IN FORM: IN FORM ist Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung. Sie wurde 2008 vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) und vom Bundesministerium für Gesundheit (BMG) initiiert und ist seitdem bundesweit mit Projektpartnern in allen Lebensbereichen aktiv. Ziel ist, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Menschen dauerhaft zu verbessern.

Weitere Informationen unter [www.in-form.de](http://www.in-form.de)