

# Obstfrühstück



Gemeinsame Mahlzeiten verbinden und fördern unsere soziale Kompetenz. Das gemeinsame Essen ist überall egal in welcher Kultur ein verbindendes Element im Alltag und oft finden wir erst beim gemeinsamen Essen die Zeit, alle beisammen zu sein und das „Wir“ zu genießen und über den Tag zu reden. Deswegen ist es auch in der Kita ein elementarer Bestandteil der Bildung, dass wir gemeinsame Essenssituationen außerhalb des Mittagessens schaffen und das „Wir-Gefühl“ so stärken.

Beim Obstfrühstück werden am Anfang der Woche Kärtchen mit verschiedenen Lebensmitteln ausgehängt, von denen sich die Kinder oder die Eltern etwas aussuchen dürfen, dass sie für das gemeinsame Frühstück bis Mittwoch mitbringen. Wir bieten hierbei viel Auswahl an, damit jedes Kind auch das finden kann, was ihm schmeckt, denn auch hierbei ist es wichtig, die Kinder selbst entscheiden zu lassen, was sie essen möchten. Kindern wird oft im Alltag viel zugetraut und sie wissen, was sie mögen und



was nicht und hierbei bietet sich das Buffet an, dass die Kinder ihre eigenen Entscheidungen treffen können und diese auch so akzeptiert werden.



Wir möchten mit dem gemeinsamen Frühstück den Kindern ein Gespür für die Lebensmittel geben und den Wert einer gemeinsamen Mahlzeit vermitteln.

Geschrieben von Samantha