



Themenblatt

Verpflegung in Kitas

Die Ursache von Adipositas im Kindes- und Jugendalter erscheint zunächst klar: die Energieaufnahme der Heranwachsenden übersteigt dauerhaft deren Energieverbrauch. Ein genauer Blick auf die Ursachen zeigt aber, dass Adipositas im Kindes- und Jugendalter von einer Vielzahl von Faktoren abhängig ist. Die unterschiedlichen genetischen Voraussetzungen interagieren mit einer sich wandelnden Umwelt, die häufig einen sitzenden Lebensstil begünstigt und von einem Überangebot an energiereichen Lebensmitteln geprägt ist. Die Lebenswelten von Kindern und Jugendlichen wie die Familie, die Kita, die Schule sowie die unmittelbare Wohnumgebung werden ihrerseits durch soziale, ökonomische und politische Rahmenbedingungen beeinflusst. Adipositas im Kindes- und Jugendalter kann daher einerseits beim Individuum auf das Wechselspiel unterschiedlicher Einflussfaktoren zurückgeführt werden. Andererseits sind Kinder und Jugendliche in bestimmten Bevölkerungsgruppen und Entwicklungsphasen besonders anfällig für die Entwicklung von Adipositas.

Die auf diesem Themenblatt dargestellten Indikatoren sind Bestandteil des AdiMon-Indikatorensystems. Ziel von AdiMon ist es, regelmäßig aktualisierte und bevölkerungsweit aussagekräftige Daten über die Einflussfaktoren der Adipositas, umgesetzte Maßnahmen der Prävention und Gesundheitsförderung sowie über die Verbreitung von Adipositas im Kindes- und Jugendalter systematisch zusammenzustellen und öffentlich verfügbar zu machen.

Kernaussagen

- Laut Kinder- und Jugendhilfestatistik (2018) erhalten 74 % der Kita-Kinder in der Kita ein Mittagessen.
- In den östlichen Bundesländern erhalten Kinder deutlich häufiger ein Mittagessen in der Kita als in den westlichen Bundesländern.
- 41 % der Kitas orientieren sich laut VeKiTa-Studie (2016) an externen Qualitätsstandards für die Verpflegung.

Hintergrund

Im Jahr 2019 besuchten in Deutschland etwa 2,8 Millionen Kinder zwischen null und fünf Jahren eine Kita [1]. In der Altersgruppe der 0- bis 2-Jährigen ging fast ein Drittel der Kinder in die Kita, bei 3- bis 5-Jährigen waren es etwa neun von zehn Kindern. Eine ausgewogene Verpflegung in Kitas kann somit einen wichtigen Beitrag für eine gesunde Ernährung von Heranwachsenden und die Prävention von Adipositas leisten [2, 3]. Zum einen kann ein ausgewogenes Lebensmittelangebot in Kitas unmittelbar die Ernährung der Heranwachsenden verbessern. Zum anderen kann eine ausgewogene Verpflegung in Kitas über die Ernährungssozialisation ein gesundes Ernährungsverhalten im weiteren Lebensverlauf begünstigen. Um Kitas bei der Umsetzung einer bedarfsgerechten und ausgewogenen Verpflegung zu unterstützen, hat die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) einen unverbindlichen **Qualitätsstandard** für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder veröffentlicht [4]. Demnach sollte die Verpflegung in Kitas möglichst vollwertig sein, regelmäßig Obst und Gemüse enthalten sowie jederzeit ungesüßte Getränke bereitstellen. Neben dem Qualitätsstandard der DGE gibt es noch weitere Qualitätsstandards wie die Bremer Checkliste des Bremer Instituts für Präventionsforschung (BIPS) und dem optiMIX-Konzept des Forschungsinstituts für Kinderernährung (FKE), die für die Planung einer ausgewogenen Verpflegung genutzt werden können.

i DGE-Anforderungen an einen 4-Wochen-Speiseplan für die Mittagsverpflegung:

- 20-mal Getreide, Getreideprodukte oder Kartoffeln (davon mindestens 4-mal Vollkornprodukte und maximal 4-mal Kartoffelerzeugnisse, z. B. Pommes frites)

- 20-mal Gemüse, Hülsenfrüchte oder Salat (davon mindestens 8-mal Rohkost oder Salat)
- Mindestens 8-mal Obst
- Mindestens 8-mal Milch oder Milchprodukte
- Maximal 8-mal Fleisch oder Wurst (davon mindestens 4-mal mageres Muskelfleisch, z. B. Putenbrust)
- Mindestens 4-mal Seefisch (davon mindestens 2-mal fettreicher Seefisch, z. B. Makrele)
- Rapsöl ist Standardöl
- 20-mal Trink- oder Mineralwasser

Indikatoren und Datenquellen

Indikatoren für die Verpflegung in Kitas sind der Anteil der Kita-Kinder, die in der Kita eine Mittagsverpflegung erhalten (**Indikator D.2.1**) und der Anteil der Kitas, die sich für die Verpflegung an externen Qualitätsstandards orientieren (**Indikator D.2.2**).

Datenquellen sind die Kinder- und Jugendhilfestatistik des Statistischen Bundesamtes und die Studie „Verpflegung in Kindertageseinrichtungen“ (VeKiTa-Studie), die von der Hochschule für Angewandte Wissenschaften (HAW) Hamburg im Auftrag der DGE durchgeführt und im Jahr 2016 veröffentlicht wurde. Die jährlich aktualisierte Kinder- und Jugendhilfestatistik liefert bundesweit aussagekräftige Informationen über Kinder, die in Tageseinrichtungen betreut werden [1]. Die länderspezifischen Werte des berichteten Indikators basieren auf den Auswertungen des Ländermonitors „Frühkindliche Bildungssysteme“ der Bertelsmann Stiftung [5]. In der VeKiTa-Studie wurden im Jahr 2013 bundesweit die Rahmenbedingungen und die Qualität der Verpfle-

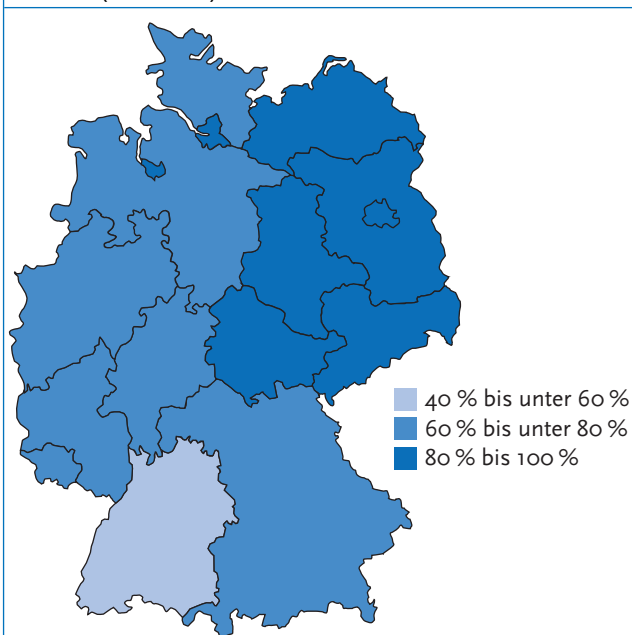
gung in Kitas untersucht. Hierzu wurden über 1.400 Kindertageseinrichtungen befragt, 691 Speisepläne analysiert und Nährwerte für 225 Rezepturen berechnet [6].

Ergebnisse

Laut den Daten der Kinder- und Jugendhilfestatistik (2018) erhalten 74 % der Kita-Kinder in der Kita eine Mittagsverpflegung (Indikator D.2.1). Mit der zunehmenden Inanspruchnahme längerer Betreuungsumfänge steigt dieser Anteil seit mehreren Jahren an. Im Jahr 2010 betrug der Anteil noch 62 % (ohne Darstellung). Ein Blick auf die Bundesländer zeigt, dass Kinder in den östlichen Bundesländern deutlich häufiger eine Mittagsverpflegung in der Kita bekommen als in den westlichen Bundesländern (99 % vs. 67 %). Doch auch zwischen den westlichen Bundesländern unterscheidet sich der Anteil der Kita-Kinder, die in der Kita eine Mittagsverpflegung erhalten, teilweise deutlich. Am niedrigsten fällt dieser mit 44 % in Baden-Württemberg aus, am höchsten mit 99 % in Hamburg. Dabei ist zu berücksichtigen, dass die Betreuungsumfänge in den östlichen Bundesländern deutlich höher ausfallen als in den westlichen Bundesländern und sich diese auch zwischen den westlichen Bundesländern unterscheiden [5]. Den Ergebnissen der VeKiTa-Studie (2016) zufolge orientieren sich in Deutschland etwa vier von zehn Kitas (41 %) an externen Qualitätsstandards für die Verpflegung (Indikator D.2.2). Am weitesten verbreitet ist mit 30 % der Qualitätsstandard der DGE, gefolgt von der Bremer Checkliste (4 %) des Bremer Instituts für Präventionsforschung (BIPS) und dem optiMIX-Konzept (3 %) des Forschungsinstituts für Kinderernährung (FKE). Ein Drittel der befragten Kitas (33 %) gab an, für die Verpflegung keine externen Qualitätsstandards zu berücksichtigen.

Indikator D.2.1: Mittagsverpflegung in Kitas (Inanspruchnahme)

Anteil der Kita-Kinder, die in der Kita eine Mittagsverpflegung erhalten (in Prozent).



Datenquelle Kinder- und Jugendhilfestatistik

Datenhalter Statistisches Bundesamt

Aktualität 2018

Periodizität jährlich

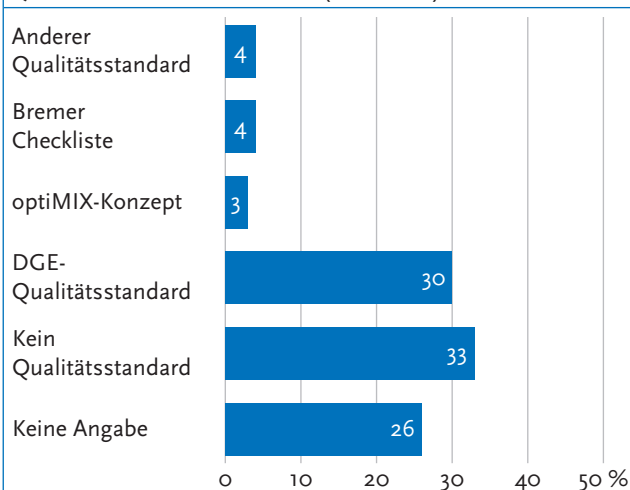
Regionalität Deutschland

Einordnung der Ergebnisse

Die berichteten Ergebnisse zeigen, dass in Deutschland etwa drei Viertel der Kita-Kinder in der Kita eine Mittagsverpflegung erhalten – Tendenz steigend. Dies unterstreicht die Bedeutung einer ausgewogenen Verpflegung in Kitas für die Förderung einer gesunden Ernährung von Heranwachsenden und die Prävention von Adipositas, insbesondere da in Kitas Kinder aus allen sozialen Lagen erreicht werden können. Allerdings zeigen die berichteten Ergebnisse auch, dass sich die meisten Kitas in Deutschland bisher nicht an externen Qualitätsstandards für die Verpflegung orientieren. Obwohl eine ausgewogene Ernährung in Kitas prinzipiell auch ohne Berücksichtigung von Qualitätsstandards möglich ist, liefern Qualitätsstandards eine umfassende und wissenschaftlich fundierte Orientierung. Unterstützung bei der Umsetzung des DGE-Qualitätsstandards bieten unter anderem das Nationale Qualitätszentrum für Ernährung in Kita und Schule (NQZ) und die Vernetzungsstellen Kitaverpflegung [7]. Des Weiteren können Zertifizierungsprogramme wie die FIT KID-Zertifizierung der DGE einen Anreiz für die Implementierung von Qualitätsstandards und Unterstützung bei deren Umsetzung bieten [8].

Indikator D.2.2: Qualitätsstandards für die Verpflegung in Kitas

Anteil der Kitas, die sich für die Verpflegung an externen Qualitätsstandards orientieren (in Prozent).



Datenquelle VeKiTa-Studie

Datenhalter Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE)

Aktualität 2016

Periodizität Keine

Regionalität Deutschland

Literatur

1. Statistisches Bundesamt (Destatis) (2020) Statistiken der Kinder- und Jugendhilfe 2019. Kinder und tätige Personen in Tageseinrichtungen und in öffentlich geförderter Kindertagespflege. Destatis, Wiesbaden
2. Sisson SB, Krampe M, Anundson K et al. (2016) Obesity prevention and obesogenic behavior interventions in child care: a systematic review. *Preventive Medicine* 87(SC):57-69
3. Osei-Assibey G, Dick S, Macdiarmid J et al. (2012) The influence of the food environment on overweight and obesity in young children: a systematic review. *BMJ Open* 2:e001538
4. Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) (2015) DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder. DGE, Bonn
5. Bertelsmann Stiftung (2020) Ländermonitor Frühkindliche Bildungssysteme. www.laendermonitor.de (Stand: 22.07.2020)
6. Arens-Azevêdo U, Tecklenburg ME, Häusler M et al. (2016) Verpflegung in Kindertageseinrichtungen (VeKiTa): Ernährungssituation, Bekanntheitsgrad und Implementierung des DGE-Qualitätsstandards. In: Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) (Hrsg.) 13 DGE-Ernährungsbericht. DGE, Bonn
7. Nationales Qualitätszentrum für Ernährung in Kita und Schule (NQZ) (2020) Vernetzungsstellen Kitaverpflegung. www.nqz.de/vernetzungsstellen/vernetzungsstellen-kitaverpflegung (Stand: 27.07.2020)
8. Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) (2020) FIT KID – Die Gesund-Essen-Aktion für Kitas. www.fitkid-aktion.de (Stand: 22.07.2020)

Weitere Informationen

www.nqz.de/vernetzungsstellen/vernetzungsstellen-kitaverpflegung
www.dge.de/gv/dge-qualitaetsstandards



Robert Koch-Institut · Abteilung für Epidemiologie und Gesundheitsmonitoring
 Fachgebiet Gesundheitsverhalten · General-Pape-Straße 62-66 · 12101 Berlin



Dieses Werk ist lizenziert unter einer [Creative Commons Namensnennung 4.0 International](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Zitierweise

Robert Koch-Institut (RKI) (2020) AdiMon-Themenblatt: Verpflegung in Kitas (Stand: 1. Oktober 2020).
www.rki.de/adimon

Förderungshinweis

Diese Arbeit wurde unterstützt durch Förderungen des Bundesministeriums für Gesundheit (Förderkennzeichen ZMV11-2518KIG700).