



GUT ESSEN MACHT STARK

Selbstgemacht und mitgebracht in die Kita



Foto: © Oksana Kuzmina / Adobe Stock

Diese Hygieneregeln sollten Sie bei selbstgemachten Speisen beachten:



Mitgebrachte Speisen dürfen nur in hygienisch einwandfreiem Zustand an die Kinder abgegeben werden.
Die Kühlkette muss eingehalten werden. Beim Einkauf und beim Transport verwenden Sie geeignete Kühlboxen.

Liebe Eltern,

Feste und Feiern in der Kita macht Freude. Viele Speisen und Getränke stehen auf den Tischen. Schön, dass Sie die Kita bei Geburtstagen und anderen Festen mit Ihren selbst gemachten Speisen unterstützen.

Damit keine Krankheiten von den Speisen übertragen werden, müssen alle jedoch große Vorsicht walten lassen, denn Kinder gehören zu einer besonders empfindlichen Zielgruppe.

Tipp

Denken Sie immer daran:

Häufiges und intensives Hände- waschen vor und nach der Speisezubereitung schützt sowohl die Lebensmittel als auch die Kinder und Sie vor möglichen.



Bestimmte Speisen dürfen nicht in die Kita mitgebracht werden:

- Speisen mit rohen Eiern (z.B. Kuchen mit nicht durchgebackenen Cremes)
- selbstgemachte Mayonnaise, Süßspeisen mit Eischnee oder Eigelb)
- Rohmilch oder Vorzugsmilch, Rohmilchkäse (z.B. Brie oder Camembert)
- Speisen mit rohem Fleisch (z.B. Mett, Tatar) und rohem Fisch (z.B. Sushi)



01/2021

GUT ESSEN MACHT STARK

Backen für oder mit Kita-Kindern

Möhrenbrötchen (20 Stück)

Zutaten:

- | | |
|----------------|----------------------|
| 500 Gramm | Weizenvollkornmehl |
| 200 Gramm | Roggenvollkornmehl |
| 1 Würfel | Hefe |
| 450 Milliliter | Lauwarmes Wasser |
| 500 Gramm | Feingeriebene Möhren |
| 3 Esslöffel | Rosinen |
| 2,5 Teelöffel | Salz |
| 1 Esslöffel | Honig |



Zubereitung:

Frische Hefe in etwas Wasser auflösen und restliches Wasser hinzufügen. Salz, Honig und Mehl nach und nach zugeben. Die Trockenhefe kann direkt mit dem Mehl zum Wasser gegeben werden. Mit dem Knethaken gut durchkneten. Den Teig 15 bis 20 Minuten gehen lassen.

Möhren schälen und fein reiben und mit den Rosinen zum Teig geben.

Den Teig in Muffinförmchen füllen oder mit einem Löffelaufs Blech setzen und nochmal 10 Minuten gehen lassen.

Im vorgeheizten Backofen etwa 20 Minuten bei 200 Grad Celsius backen.

Allergenkennzeichnung bei mitgebrachten Speisen:

Eltern gelten nicht als Lebensmittelunternehmer, wenn sie für ein Fest Speisen mitbringen.

Mit Rücksicht auf Kinder, die eine Allergie oder Unverträglichkeit haben, wäre es jedoch gut, wenn Sie trotzdem eine Zutatenliste ihrer mitgebrachten Speisen in der Kita abgeben.



Foto: adobestock

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

verbraucherzentrale

Impressum:

Verbraucherzentrale

Projekt "Gut Essen macht stark"

www.verbraucherzentrale.nrw/gut-essen-macht-stark