



Factsheet zur Podcast-Folge Nr. 4

Wir packen unsere Brotdose

– Was kommt rein?



Zusammenfassung



- Die mitgebrachte Brotdose dient in der Kita häufig als Frühstück oder auch als Vesper.
- Wir empfehlen ein Verpflegungskonzept zu erstellen, um Eltern eine Hilfestellung mit an die Hand zu geben, welche Lebensmittel für Brot Dosen geeignet sind.
- Auf lebensmittelrechtliche Besonderheiten sollte geachtet werden. Leicht verderbliche und tierische Lebensmittel sind kühlpflichtig.
- Die Brotdose sollte vielfältig und gesundheitsförderlich gestaltet sein.
- Produkte mit viel Fett, Salz und/oder Zucker sollten nicht mit in die Kita gegeben werden.

Ideen für die praktische Umsetzung



- Drei Lebensmittelkomponenten, die in der Brotdose enthalten sein sollten:
 - 1) Getreide und Getreideprodukte
 - 2) Obst und Gemüse
 - 3) Milch und Milchprodukte
- Rezeptidee: Brotspieß - [hier](#) kommt ihr zum Rezept.

Genannte und interessante Seiten



- [Brot Dosenplaner](#) der VNSKT
- [Vesperbroschüre](#) der VNSKT
- www.jugendzahnpflege-th.de

Gefördert durch:

