



## Werkstatt für Kita-Träger „Essen und Trinken in der guten gesunden Kita“

**Dienstag, 02.12.2025, 9:00 Uhr – 13:00 Uhr**

**Format: digital (Zugang ab 08:45 Uhr)**

### Thema:

**Pflanzenbasiert, gesundheitsfördernd, nachhaltig, und genussvoll essen in der Kita –  
Perspektiven aus Wissenschaft und Praxis**

Einladung an Träger, Leitungen und Fachberatungen von Kitas im  
Berliner Landesprogramm „Kitas bewegen – für die gute gesunde Kita“

### Inhalt:

Immer mehr Menschen entscheiden sich aus den unterschiedlichsten Gründen für eine pflanzenbetontere oder auch rein pflanzliche Ernährung. Darunter sind auch Familien mit Kindern, so dass die Nachfrage nach veganen Gerichten in der Kitaverpflegung ebenfalls zunimmt. Damit Kinder, die sich in der Wachstumsphase befinden, gut mit Nährstoffen versorgt werden, ist ein adäquates Speiseangebot von besonderer Bedeutung.

Einerseits begegnen pädagogische Fachkräfte und Verpflegungsverantwortliche Kindern, die sich mit pflanzenbasierter Kost und verschiedenem Gemüse und noch schwertun.

Andererseits stehen sie vor dem Anspruch eine Verpflegung zu gestalten, die sowohl gesundheitsfördernd als auch nachhaltig ist. Gerade in der praktischen Umsetzung zeigt sich, dass es nicht einfach ist, allen Anforderungen mit einer vollwertigen und bedarfsdeckenden pflanzenbasierten Ernährung gerecht zu werden. Hier ist ein hohes Maß an Verständnis für die individuellen Bedürfnisse der Kinder gefragt.

Das Seminar bietet praxisnahe Informationen und Anregungen, wie auch ein 100 Prozent pflanzenbasierter Esstisch gelingen kann. Im Mittelpunkt steht dabei die Sicherstellung der Nährstoffversorgung. Kinder lernen insbesondere durch eigene Erfahrungen. Das gemeinsame Essen in der Kita bietet daher ideale Voraussetzungen, um ein lebenslanges, gesundes Essverhalten zu fördern und die Grundlagen für eine bewusste und nachhaltige Ernährung zu legen.

Zudem stellt sich zusätzlich die Frage nach aktuellen Qualitätsstandards und ernährungswissenschaftlichen Kriterien, um auch mit pflanzenbasierter Kost eine hohe Verpflegungsqualität sicherzustellen. Ziel der Werkstatt ist es, diese Fragen näher zu beleuchten, praktische Hilfestellungen zu bieten und sich auszutauschen.

GEFÖRDERT DURCH		
Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie	<b>BERLIN</b>	



## Ablauf

- **Begrüßung, Vorstellungsrunde und Erwartungen**  
Ines Kretschmann, Vernetzungsstelle Kitaverpflegung Berlin
- **Einführung in die Thematik**
- **Vortrag: 100 Prozent pflanzenbasierte Kinderernährung – Herausforderungen und Chancen im Kita-Alltag**  
**Referentin:** Dipl. oec. troph. Edith Gätjen
- **Offener Austausch** – Zeit für Fragen
- **Impulsvortrag: Vegane Mittagsmahlzeiten – so kann es gelingen**  
(Empfehlungen und Qualitätskriterien auf Basis DGE Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas)  
**Referentin:** Dipl. Ernährungswissenschaftlerin Ines Kretschmann
- **Erfahrungsaustausch**
- **Abschluss und Ausblick**

Die Einladung richtet sich ausschließlich an **Trägervertreter\*innen, Leitungen** und **Fachberater\*innen** von Teilnehmer-Kitas des Berliner Landesprogramms „Kitas bewegen – für die gute gesunde Kita“.

Wir bitten um Anmeldung **bis zum 25.11.2025** über:

<https://gute-gesunde-kitas-in-berlin.de/veranstaltung/9867/?ref=cross-district>

Die Zugangsdaten zur digitalen Plattform versenden wir an angemeldete Teilnehmer\*innen am 28.11.2025 per Mail. Für die Durchführung der Veranstaltung wird ein internetfähiges Endgerät wie Laptop, Tablet, Smartphone oder PC benötigt und nach Möglichkeit ein Headset oder Kopfhörer mit eingebautem Mikrofon und eine Webcam.

Vielen Dank!

Mit freundlichen Grüßen

Ines Kretschmann  
Projektleitung Kita-Verpflegung  
Vernetzungsstelle Kita und Schulverpflegung Berlin e.V.

GEFÖRDERT DURCH		
Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie	<b>BERLIN</b>	