

Hamburger Abendblatt

<http://www.abendblatt.de/hamburg/magazin/article114064308/Hunger-hab-ich-eins-zwei-drei.html>

02.03.13

"Hunger hab ich, eins, zwei, drei!"

Tiefgekühlt und aufgetaut, vorgekocht und warm gehalten oder in der eigenen Küche selber zubereitet - was in Hamburger Kitas auf den Tisch kommt, bestimmen nicht nur die Leitungen und die Eltern, sondern auch die verfügbaren Budgets. Wie gesund kann ein Mittagessen da sein? Volker ter Haseborg und Sally Meukow haben drei Verpflegungsmodelle untersucht

Google Anzeige

Rechtsanwalt Strafrecht?

Strafverteidigung seit 1996 SALEWSKY-Anwaltskanzlei

www.salewsky.net

Wenn es Zeit ist fürs Mittagessen, verwandelt sich Erbsensuppe in Waldmeistersuppe, ein Tofubrätling in einen Burger - und Reis wird zu Konfetti. In der Katholischen Kindertagesstätte Edith Stein in Neu-Allermöhe gibt es Bio-Erbseneintopf mit Brot. In der Krümelkiste in Lokstedt wird Tofubrätling mit Kartoffelbrei und Kohlrabi-Möhren-Gemüse serviert. Und in der Kita City Nord gibt's einen gemischten Salat, Putengeschnetzeltes in Currysoße mit Vollkornreis.

Die 1177 Hamburger Kindertagesstätten haben eine wichtige Aufgabe: Kinder sollen lernen, sich gut zu ernähren - ein Gefühl für Geschmack, Geruch, Konsistenz, Aussehen entwickeln. Die Eltern wollen, dass sich ihre Kinder gesund ernähren, am besten Bio-Kost. Die Kita-Leitungen müssen aber aufs Geld achten. 4,32 Euro bekommen sie für den "Lebensmittelaufwand" pro Kind und Tag von der Stadt. Dass im Spannungsverhältnis Anspruch/Kosten einiges schiefgehen kann, hat der Skandal um verseuchte Erdbeeren in Hamburger Kitas im Oktober gezeigt.

Drei Hamburger Kitas haben dem Abendblatt einen Einblick in ihre Ernährungssysteme gewährt. Die Erbsensuppe kommt aus der Tiefkühltruhe. Der Tofubrätling wird von einem Lieferservice warm angeliefert. Das Putengeschnetzelte wird in der Kita gekocht.

Woher kommen die Lebensmittel?

Rheine im nordrhein-westfälischen Münsterland, 275 Kilometer von Hamburg entfernt. Das Tiefkühlkost-Unternehmen Apetito produziert hier täglich eine halbe Million Essen. Insgesamt 580 Beschäftigte arbeiten in zwei Schichten im 1300 Quadratmeter großen Produktionsraum. Hier wird der "Bio-Erbseneintopf" für die Kita in Neu-Allermöhe hergestellt. Das Unternehmen ist zurückhaltend mit den Informationen. Erbsen und Kartoffeln für den Gemüseintopf stammen aus den Niederlanden und Belgien. Sellerie, Weizenmehl, Sahne, Sauerrahm und jodiertes Salz kommen aus Deutschland. Woher genau? Kein Kommentar.

Im Sortiment für Schulen und Kitas liegt der Bio-Anteil bei 15 Prozent. Alles in Bio-Qualität herzustellen wäre zu teuer. Für ein vegetarisches Essen bekommt Apetito 1,06 Euro, ein Fleischgericht kostet 1,65 Euro und ein Fischgericht 2,30 Euro.

Ortswechsel. Die Großküche der Firma Vollmund in Bramfeld. An diesem Morgen werden hier Tofubrätlinge mit Kartoffelbrei und Kohlrabi-Möhren-Gemüse gekocht. 30 Mitarbeiter hat der Caterer Vollmund, 3300 Essen werden täglich produziert und warm in die Kitas gefahren. Die Zutaten werden in der Nacht vor ihrer Verarbeitung angeliefert. Der Tofu kommt aus Rheinland-Pfalz, Kartoffeln, Kohlrabi und Möhren kommen von einem Hamburger Lieferanten, der nur "Waren aus der Region" anbietet. 80 Prozent der Lebensmittel von Vollmund sind Bio. Für ein Menü ohne Fleisch bekommt das Unternehmen 2,65 Euro, ein Fisch-Menü kostet 2,95 Euro, ein Fleisch-Menü 3,40 Euro. Drei bis fünf Prozent davon sind der Gewinn, der Vollmund bleibt, sagt Vertriebsleiter Volker Hock.

Die Kita City Nord hat eine eigene Küche, Hauswirtschaftsleiterin Ines Steinfurth ist hier die Chefin. Sie legt die Speisepläne fest, besorgt Lebensmittel und kocht. Die Kita City Nord ist eine von 178 Einrichtungen der Vereinigung Hamburger Kindertagesstätten, die zu 100 Prozent der Stadt Hamburg gehören. Laut der Vereinigung hat jede Kita eine eigene Küche und mindestens eine Hauswirtschaftskraft.

Ines Steinfurth bestellt die Lebensmittel per Mausclick: Über ihren Computer hat sie Zugriff auf das zentrale Einkaufsportale der Vereinigung. Sie hat bei einem Biofleischer vier Kilo vorgeschnittenes Putenfleisch gekauft, der Fleischer verarbeitet ausschließlich Tiere aus Hamburg und Umgebung. Fünf Salatköpfe, vier Gurken und vier Paprika bezieht Steinfurth von einem Gemüsehändler vom Großmarkt, der seiner Ware im Winter aus Spanien, Griechenland und Holland bekommt, acht Liter Milch und einen halben Liter Sahne vom Boettjer Frischdienst, der seine Molkereiprodukte von einem Lieferanten aus Schleswig-Holstein bezieht. Für die Currysoße hat sie noch drei "Fünf-Fruchtcocktail"-Konservendosen bei Edeka bestellt. Steinfurth kalkuliert mit 4,50 Euro pro Tag und Kind.

Wie transparent müssen die Kitas mit ihren Lebensmitteln sein? "Je mehr ein Lieferant bereit ist zu zeigen, woher er seine Lebensmittel bezieht, umso besser ist es", sagt die Ernährungswissenschaftlerin Ulrike Arens-Azevedo von der Hamburger Hochschule für Angewandte Wissenschaften (HAW).

"Es macht aus ökologischen Erwägungen Sinn, auf saisonale und regionale Produkte zu achten. Das hat etwas mit Umweltbewusstsein und Nachhaltigkeit zu tun." Bio ist nicht automatisch besser. In Studien schnitten konventionelle Produkte beim Nährstoffgehalt und der Konsistenz genauso gut oder schlecht ab wie Bio-Produkte. Bessere Ergebnisse in Studien gab es für die Bio-Lebensmittel, weil sie weniger mit Pestiziden und Nitrat belastet sind.

Wie wird das Essen zubereitet?

Das Edelstahlgefäß in der Produktionshalle von Apetito sieht aus wie ein großer Betonmischer. Kochkessel nennen die Mitarbeiter die Gefäße, die bis zu 1000 Liter fassen. Tellergröße Rührschaufeln mischen Erbsen, Kartoffeln und Sellerie. Wenn der Gar-Prozess zu 80 Prozent abgeschlossen ist, wird die Suppe schon so in Plastikpakete à 270 Gramm portioniert, wie sie in der Kita landet, und kommt in einen minus 40 Grad kalten

Schockgefrierungstunnel. Innerhalb von 90 Minuten hat die Suppe eine Temperatur von minus 24 Grad. Von dort geht es in das Lager. Kein Gericht darf dort bei minus 22 Grad länger als vier Wochen lagern. Im Hof stehen 30 Lkw. Immer dienstags fährt einer von ihnen zur Edith-Stein-Kita.

In Bramfeld, in der Vollmund-Küche, geht der Betrieb um halb sechs Uhr morgens los. Mit dem Kombidämpfer werden die Kartoffeln weichgargt, danach verarbeitet Koch Timo Fleischhauer sie mit einem Milch-Sahne-Gemisch, Salz und Muskat mithilfe eines riesigen Rührgeräts zu Püree. Die Bratpfannen, auf denen die Tofu-Frikadellen brutzeln, sind so groß wie Tische. Kohlrabi und Möhren kommen bereits geschnitten vom Lieferanten. Insgesamt kochen die Köche heute 415 Kilo Kartoffelbrei, 212 Kilo Kohlrabi-Möhren-Gemüse, 1900 Tofubrattlinge. Das fertige Essen kommt in Wärmeschränke, die 80 Grad warm sind, und wird dann erneut umgefüllt: Mitarbeiter wiegen Portionen ab, die in Edelstahlbehältern gelagert werden. Die Behälter kommen in Wärmeboxen mit Heizplatten, die Temperatur soll wieder 80 Grad betragen.

160 Kitas werden täglich angefahren, es gibt 15 Touren, die weiteste führt bis nach Blankenese und dauert drei Stunden. Tour 12 ist für die Krümelkiste bestimmt, um 10.50 Uhr fährt Fahrer Oliver Eichler los.

Die Küche von Ines Steinfurth in der Kita City Nord hat 30 Quadratmeter. Darin: zwei Kombidämpfer, ein Kochbereich integriert in die Edelstahl-Arbeitsplatte, ein Herd, ein begehrter Kühlraum. Um 10 Uhr morgens brät Steinfurth Putenfleisch an. Ihre Küchenhilfe Gönül Yazcicek schneidet den Eisbergsalat, die Gurken und die Paprika und rührt aus Senf, Essig, Salz, Pfeffer und Wasser ein Dressing an. Nebenher erwärmt das Kombigerät den Vollkornreis. 100 Kinder haben Hunger, sie essen in drei Gruppen, für jede Gruppe kocht Steinfurth frisch.

Kochen ist Logistik - die Kette muss reibungslos verlaufen. Nach der Zubereitung sollte das Essen schnell auf den Teller kommen und nicht lange warm gehalten werden. Laut einer Studie der Hochschule Niederrhein verlieren Lebensmittel, die bei 72 Grad warm gehalten werden, bereits nach einer Stunde 26 Prozent der Vitamin-C-Gehalts, nach zwei Stunden sind 45 Prozent verloren, nach drei Stunden 59 Prozent, nach vier Stunden 70 Prozent und nach fünf Stunden 78 Prozent.

Früher galt: Tiefkühlessen hat schlechte Qualität. Das hat sich durch die moderne Tiefkühltechnik geändert. "Dadurch, dass die Produkte sehr schnell bei sehr tiefen Temperaturen eingefroren werden, werden die Zellen der Nahrungsmittel kaum beschädigt, die Nährstoffe bleiben erhalten", sagt Oecotrophologie-Professorin Ulrike Arens-Azevedo. Wichtig ist nur, dass tiefgekühlte Lebensmittel schnell von der Kühltruhe in den Heißluftdämpfer kommen und nicht in der Küchenluft Bakterien ausgesetzt werden. Auch häufiges Umfüllen ist ein Problem: "Umfüllprozesse führen zu Temperaturveränderungen, die man nicht unbedingt im Griff hat", sagt Ulrike Arens-Azevedo. Beim Warmhalten ist nicht nur die Verringerung hitzeempfindlicher Vitamine ein Problem. Auch die Konsistenz kann sich ändern, Gemüse wird matschig. Als Faustregel gilt laut Arens-Azevedo: Essen sollte nicht länger als zwei Stunden warm gehalten werden.

Doch auch die Frisch-Küche birgt Probleme: Die Hauswirtschaftskräfte müssen ihre Lebensmittel genau kennen, müssen das Essen auf den Punkt fertig garen, lange Standzeiten und falsche Temperaturen vermeiden. Sie müssen nicht nur gut ausgebildet sein, sondern benötigen auch eine moderne Küchenausstattung - und die ist teuer.

Wie kommt das Essen an?

Um 11.05 Uhr öffnet Hauswirtschaftsleiterin Iwona Cichotzki in der Katholischen Kita Edith Stein die Kühltruhe und holt 45 Plastikbeutel à 270 Gramm gefrorene Erbsensuppe heraus, schneidet die Verpackung auf und gibt die Klumpen in eine Edelstahlschale. Der Eintopf braucht im Kombidämpfer bei 130 Grad ein halbe Stunde.

Um 11.45 Uhr singen die Kinder: "Alle guten Gaben, alles was wir haben, kommt o Herr von dir. Wir danken dir dafür. Amen." Kurz vorm Austeilen der Suppe wird die Temperatur gemessen: 78 Grad. 65 Grad sind Vorschrift.

Als die Erzieherinnen die Suppe in den Essensraum tragen, schreien die ersten Kinder: "Ich will das nicht essen." Erzieherin Magdalena Schulz versucht es mit einer Nollüge: "Das ist Waldmeistersuppe, die macht euch stark, die gibt euch Power." Die Kinder gucken immer noch skeptisch. "Wisst ihr, wer diese Suppe isst? Spiderman, Superman und Batman!" Mike, 5, lässt sich so überzeugen. Später wird er sogar noch einen zweiten Teller nehmen. Die vierjährige Maja verkündet, dass sie Chicken Nuggets aber lieber mag.

Seit 20 Jahren kauft die Einrichtung Tiefkühl-Menüs bei Apetito. "Weil wir es punktgenau zubereiten können und es immer gut aussieht und gut schmeckt", sagt Leiterin Lydia Hjetting. Der Wochenspeiseplan. Montag: Mettbällchen vom Schwein, Stampfkartoffeln, Gemüse und Gurkensalat. Dienstag: Rinderroulade, Schupfnudeln, Apfelrotkohl und Soße. Mittwoch: Makkaroni "alla Romana" mit Hähnchenbrustfilets, Salat. Donnerstag: Bio-Erbseneintopf mit Brot. Freitag: Alaska-Seelachs, Kartoffel-Buchstaben, Gurken, Salat. Wasser und ungesüßter Tee stehen immer für die Kinder bereit - wie auch in den anderen beiden Kitas.

Anna Kwizdinsky, die Mutter von Alina, 7, und Lisann, 5, findet, dass es in der Kita immer so gut nach Essen riecht. Gegenüber Tiefkühlessen hat sie keine Vorurteile. "Meine Töchter essen in der Kita Tiefkühl-Spinat, aber wenn ich den zu Hause frisch mache, wollen sie nicht mal probieren."

In der Lokstedter Krümelkiste gehen die 20 Kinder um 11.30 Uhr Hände waschen. Die Wärmebox von ihrem Caterer Vollmund steht jetzt im Esszimmer der Kita. Wenig später messen die Erzieherinnen die Temperatur: Der Tofubrattling hat 70, das Gemüse 75, der Brei 80 Grad. Alles in Ordnung, mindestens 65 Grad sind Pflicht.

Die Kinder fassen sich an den Händen und sagen einen Spruch auf: "Würstchen und Kartoffelbrei, Hunger hab ich eins, zwei, drei! Wenn es auch was anders gibt, trotzdem guten Appetit!" Alle essen, vielleicht auch, weil sie den Tofubrattling für etwas anderes halten. Samira, 5, berichtet, dass ihr der "Burger" ganz gut schmeckt. Am liebsten mag sie Pizza.

Eine eigene Hauswirtschafterin ist zu teuer für die Krümelkiste. Vollmund bietet einen gewissen Bio-Anteil und faire Preise, sagt Kita-Leiterin Simone Bader. Bader und ihre Kolleginnen achten darauf, dass der Speiseplan vielfältig ist. So wie in dieser Woche. Montag: Rohkost, Vollkornnudeln mit Basilikumsauce, Brombeerquark. Dienstag: Rohkost, Salzkartoffeln, Kapernsauce, Königsberger Klopse, Rote Grütze. Mittwoch: Kartoffelbrei, Kohlrabi-Möhren-Gemüse, Tofubrattling, Obst. Donnerstag: Rohkost, Cevapcici, Zatziki, Reis, Mandelpudding. Freitag: Tofuplätzchen, Reis, Chinakohlsalat, Dillsahnesauce, Vanillejoghurt. Manchmal, sagt Bader, verzichtet die Krümelkiste einen Tag auf ihren Caterer. Dann wird Pizza bestellt. Kerstin Deubel ist die Mutter von Josh, 3, und Linn, 2. Bei der Eingewöhnungswoche hat sie das Essen selbst probiert und war zufrieden. Vera Schankath, die Mutter des zweijährigen Ben, hört keine Klagen übers Essen. Doch sie deutet das kritisch: "Ben weiß häufig nicht, was es mittags in der Kita zu essen gab. Er hat keinen Bezug zum fertig gelieferten Essen." Sie würde sich wünschen, dass die Kinder mehr in die Ernährung einbezogen werden, aufs Feld gehen, Gemüse pflanzen, ernten, selbst kochen.

Um 10.45 Uhr gibt es auch in der Kita City Nord Mittagessen. "Ob es gibt Kartoffeln oder süßen Brei oder Wurst mit Brötchen, das ist einerlei. Wird der große Tisch gedeckt, wissen wir, dass vieles schmeckt, und wir singen unser Lied: Guten Appetit!" Dann geht es zur Sache: Die 17 Monate alte Annike greift mit ihren Fingern Reiskorn für Reiskorn. Sie matscht mit der rechten Hand durch die gelbe Soße und schmatzt. Die Gabel lässt sie liegen. Jedes Kind darf hier so essen, wie es will. "Reis ist wie Konfetti", sagt die Erzieherin Nadine Blankenbach.

Hamburgs staatlicher Kitaträger lässt in eigenen Küchen kochen, damit Kinder nährstoffreiches und fettarmes Essen ohne Warmhaltezeiten bekommen. Die Kinder bekämen so früh qualitativ hochwertiges Essen, sagt Vereinigungs-Sprecherin Katrin Geyer.

Der Wochenspeiseplan. Montag: gemischter Salat, Putengeschnetzeltes in Currysoße, Vollkornreis. Dienstag: Schweinerollbraten mit Bratensoße und Kartoffeln, Erbsen und Möhren, Beerenquarkspeise. Mittwoch: Blumenkohl-Kartoffelaufguss, Schokoladenpudding. Donnerstag: Gurkensalat, Fischfrikassee mit Kartoffeln. Freitag: Spitzkohlsalat, Vollkornspaghetti mit Tomatensoße.

Inga Schütz, die Mutter der 22 Monate alten Emilia, ist begeistert: "Für mich ist das Ernährungskonzept das Highlight dieser Kita, weil ich darauf vertrauen kann, dass meine Tochter täglich gutes Essen bekommt - und keine Fertigprodukte", sagt sie.

Kinder im Alter von einem bis drei Jahren brauchen mittags laut der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) 272 Kilokalorien Energie, 34 Gramm Kohlenhydrate, 13 Gramm Eiweiß, neun Gramm Fett. Vier- bis Sechsjährige brauchen 354 Kilokalorien Energie, 45 Gramm Kohlenhydrate, 18 Gramm Eiweiß, zwölf Gramm Fett. Das Dortmunder Forschungsinstitut für Kinderernährung hat eine Checkliste für einen Wochen-Speiseplan entwickelt: Einmal mageres Fleisch, einmal Vollkornnudeln oder Vollkornreis, einmal Eintopf oder Auflauf, einmal ein Seefischgericht und einmal ein Wunschgericht der Kinder.

Ernährungswissenschaftlerin Ulrike Arens-Azevedo hat sich die Wochenspeisepläne der drei Kitas angesehen.

Der Plan der Edith-Stein-Kita ist ihrer Meinung nach zu fleischlastig. "Eine Fleischmahlzeit sollte ersetzt werden - zum Beispiel die Mettbällchen", sagt sie. Positiv findet sie, dass es einmal Fisch und jeden Tag Gemüse und zusätzlich Salat gibt.

"Beim Speiseplan der ‚Krümelkiste‘ fällt auf, dass es jeden Tag eine Nachspeise gibt - nur einmal gibt es Obst. Das muss nicht sein." Positiv: Jeden Tag gibt es Rohkost oder Salat, zweimal in der Woche Fleisch. "Aber zweimal Tofu? Das geht doch auch anders. Leider hat die Kita keinen Fisch auf dem Speiseplan." Die Pizza vom Lieferservice sei kein Problem, solange es bei Ausnahmen bleibt.

Am besten setzt laut Arens-Azevedo die Kita City Nord die DGE-Standards um: zweimal Fleisch, einmal Fisch, jeden Tag Gemüse oder Salat, zweimal ein Dessert. Einzig Anmerkung: "Schweinerollbraten ist nicht gerade der Hit für Kinder."

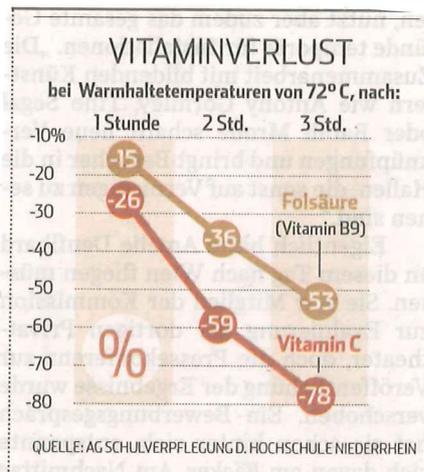
Die wichtigsten Fakten

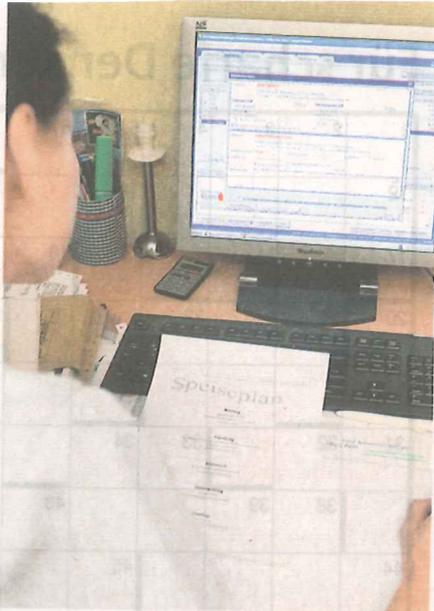
Lieferanten: Je mehr Erzieher und Eltern über die Herkunft der Lebensmittel für die Kita-Verpflegung wissen, desto besser. Saisonale und regionale Produkte sind gut. Bio ist nicht automatisch besser. Aber: Bioprodukte sind Studien zufolge weniger mit Pestiziden und Nitrat belastet.

Zubereitung: Tiefkühlware sollte nicht lange herumstehen, sondern in den Kitas schnell heiß gemacht werden. Wird Essen bei der Zubereitung häufig umgefüllt, kommt es zu Temperaturveränderungen, die schlecht für die Nährstoffe sind. Fertig gekochtes Essen sollte nicht länger als zwei Stunden warm gehalten werden - sonst gehen Vitamine verloren.

Speiseplan: Kitas sollten ihren Kindern einmal mageres Fleisch, einmal Vollkornnudeln oder Vollkornreis, einmal Eintopf oder Auflauf, einmal ein Seefischgericht und einmal ein Wunschgericht der Kinder servieren.

Kontrollen: Kindertagesstätten müssen sich beim Verbraucherschutzamt anmelden, wenn sie sich Essen anliefern lassen, Tiefkühlmenüs aufwärmen oder selbst kochen. Das Amt führt unangemeldet Kontrollen durch. Der Tiefkühlkost-Hersteller Apetito und der Hamburger Caterer Vollmund bewahren Proben der hergestellten Menüs für mehrere Wochen auf - Kontrollen durch die Behörden sind Routine. In der Kita City Nord gibt es keine Rückstellproben.





Hauswirtschaftsleitung Ines Steinfurth bestellt die Lebensmittel per Mausclick



Steinfurth im begehbaren Kühlraum. Ananas gibt es als Zwischenmahlzeit



Küchenhilfe Gönül Yacizek schneidet Paprika für den Salat. Im Winter bekommt die Kita City Nord frische Lebensmittel aus Spanien und Griechenland

2 Warum haben 2
diese Person weil
Weil ich eben sol
ch die gängige-VO
und Verbindung
Ideologen nicht

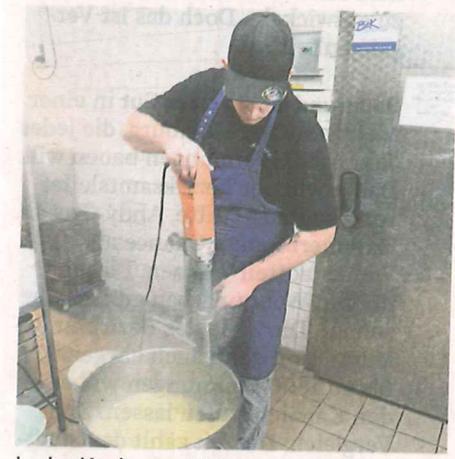


In Rheine (NRW) produziert Apetito täglich eine halbe Million Tiefkühl-Essen



Hauswirtschaftsleitung Iwona Cichotzki holt die Suppe aus der Tiefkühltruhe

Mittag in der
Katholischen Kita
Edith Stein: Die
Hauswirtschaftskraft
Maria Palasz zieht
die Schüsseln mit
Bio-Erbsensuppe auf
dem Rollwagen
in den Essensraum
Fotos: Andreas Laible,
Michael Rauhe,
Friso Gentsch



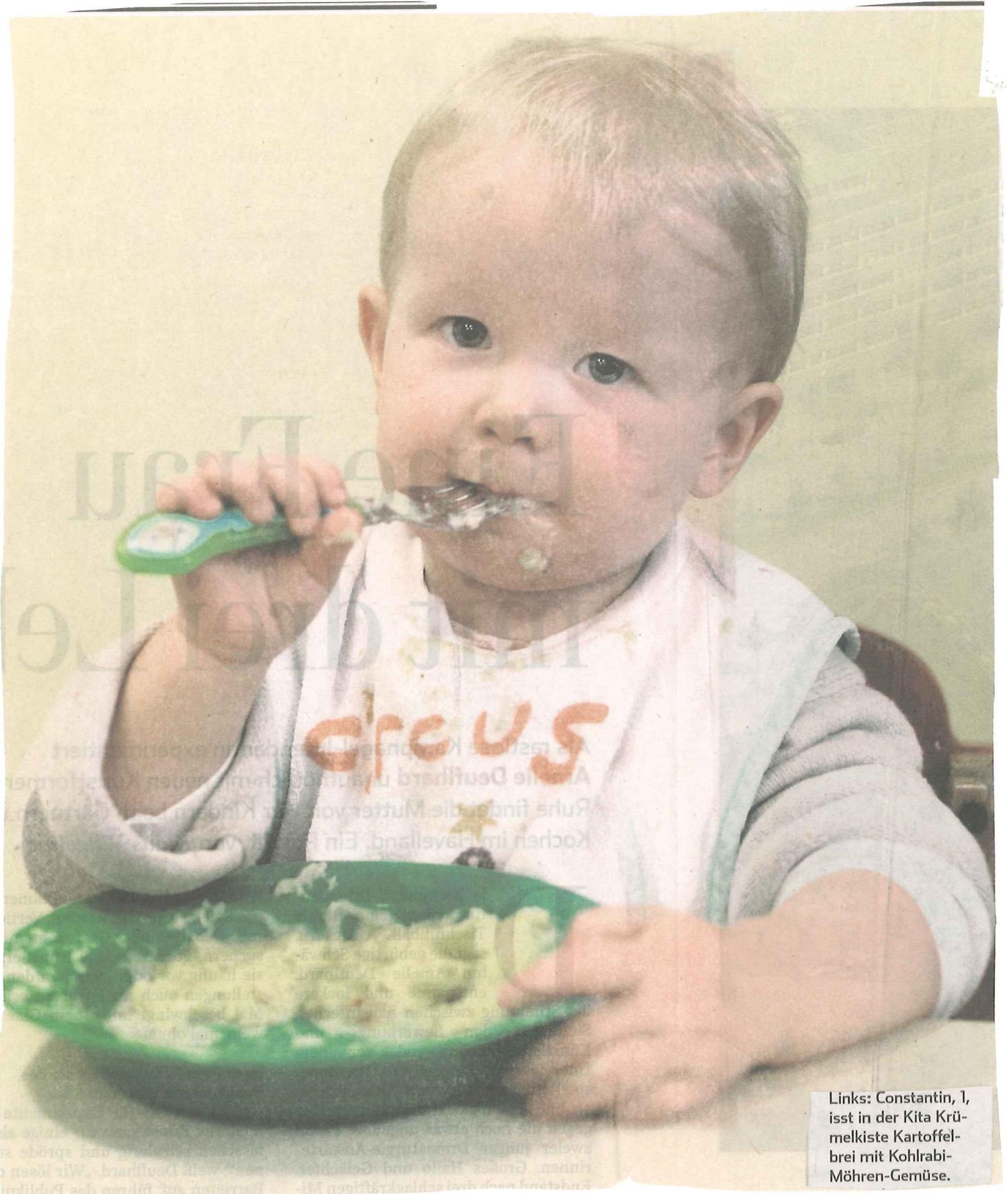
In der Küche von Vollmund rührt Timo Fleischhauer Kartoffelbrei



Die Tour 12 von Fahrer Oliver Eichler ist für die Krümelkiste in Lokstedt bestimmt



Das Umfüllen und Warmhalten ist ein Problem für Lebensmittel: Vitamine gehen mit der Zeit verloren. Der Caterer Vollmund versucht, die Warmhaltezeiten gering zu halten



Links: Constantin, 1, isst in der Kita Krümelkiste Kartoffelbrei mit Kohlrabi-Möhren-Gemüse.



Unten: Louisa (l.), 2,
und Matteo, 1, beim
Essen in der Kita
City Nord



Mittagszeit! Ganz links: Maja, 4, schmeckt die Bio-Erbsensuppe vom Tiefkühlhersteller in der katholischen Kita Edith Stein.