

Fortbildung

23.09.2026 09:00 Uhr - 14:00 Uhr

„Vegetarisches in der Kita-Küche – bunt, lecker, alltagstauglich“

Fortbildung für hauswirtschaftliche Mitarbeiter/innen

Bunte Gemüsepfannen, herzhafte Linsenbolognese oder cremige Dips - vegetarische Gerichte bringen Farbe, Vielfalt und neue Lieblingsessen auf den Kita-Teller. Die aktuellen Empfehlungen zur Kita-Verpflegung rücken pflanzenbasierte Gerichte stark in den Fokus, das tut neben der Gesundheit auch der Umwelt gut. Ein guter Anlass, sich von der Fülle vegetarischer Zubereitungsformen inspirieren zu lassen und damit neuen Schwung in den Speiseplan zu bringen.

In der Fortbildung verbinden wir den fachlichen Austausch mit der Küchenpraxis und bearbeiten u. a. folgende Aspekte:

- Vegetarische Ernährungsweisen: welche gibt es, wie sind sie gesundheitlich zu bewerten und was ist für die Kita geeignet?
- Power aus der Pflanze: von welchen Lebensmittelgruppen darfs ein bisschen mehr sein, was ist neu oder wiederentdeckt, geht's auch ohne "Extrawürste"?
- Alles drin und gut versorgt: einfache Strategien für eine ausgewogene, vegetarische Speiseplanung
- Ideenbörse für die Praxis: Zubereitung von Rezeptvariationen in der Küche der Kita St. Sebastian

Bitte bringen Sie eine Schürze und zwei Rezepte von erprobten vegetarischen Hauptgerichten aus Ihrer Kitaküche mit.

Zielgruppe:

Hauswirtschaftliche Mitarbeiter/innen in der Kita (Küche)

Termin:

23.09.2026 09:00 Uhr - 14:00 Uhr

Kosten:

65,00 €

Veranstaltungsort:

Kita St. Sebastian
Schulstr. 11
37434 Rhumspringe

Referent(inn)en:

Heidrun Klaus (Dipl. Oecotrophologin, Regionalfachberaterin Ernährung)

Ansprechpartner:

Jeannette Wisweh (Jeannette.Wisweh@caritas-dicvhildesheim.de, (05121) 938-172)

Veranstalter:

Caritasverband für die Diözese Hildesheim