

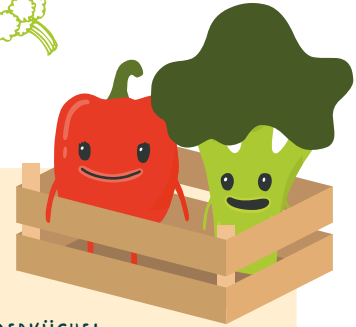


AUSHANG

NEWS AUS DER KÜCHE



FEBRUAR '24



LIEBE ERZIEHER*INNEN UND ELTERN,

DIE SCHNEEGLÖCKCHEN SPIEBEN, DIE TEMPERATUREN STEIGEN – ES LIEGT SCHON EIN WENIG FRÜHLINGSDUFT IN DER LUFT. NACH DEM DUNKLEN WINTER MÖCHTEN WIR UNSEREN ERSTEN NEWSLETTER IN DIESEM JAHR DAFÜR NUTZEN, IHNEN EIN PAAR FRISCHE NEUIGKEITEN AUS UNSERER KINDERKÜCHE ZU ERZÄHLEN.

SONDERESSEN UND ALLERGIEN – INFORMATIONEN FÜR ERZIEHER*INNEN UND ELTERN.

Aufgrund der wachsenden Nachfrage haben wir uns dazu entschlossen, in Zukunft die vier häufigsten Allergien zu berücksichtigen. Dabei handelt es sich um Gluten-, Milch-, Ei- und Tomatenunverträglichkeit. Unsere Sonderessen nehmen also Rücksicht auf spezielle Unverträglichkeiten.

Alle Kinder mit anderen/zusätzlichen Lebensmittelunverträglichkeiten/Allergien können **ab dem 01.03.2024** leider nicht mehr mit Essen versorgt werden.

WIR BENÖTIGEN IHRE HILFE!

Damit Ihr Kind mit unseren Sonderessen versorgt werden kann, benötigen wir unter anderem ein ärztliches Attest über die Allergie oder Nahrungsmittelunverträglichkeit. Wir haben dann die Möglichkeit, den Hintergrund der Unverträglichkeit genauer zu verstehen und das Essen besser auf das jeweilige Kind einzustellen.



Alle Informationen finden Sie auf unserer Webseite:

www.ratatouille-catering.de/sonderessen

WAS TUN, WENN MEIN KIND KEIN GEMÜSE ISST?

5 TIPPS AUS DER RATATOUILLE-KINDERKÜCHE!

1. Tipp: Zeitlupen-Modus anschalteteen

Dauert eine Mahlzeit 10 Minuten länger, essen Kinder mehr Obst und Gemüse. Etwas mehr Ruhe und eine gemütliche Atmosphäre fördern den Obst- und Gemüsekonsum. Das belegen die neuesten Studien!

2. Tipp: Volle Konzentration bitte!

Auch wenn es manchmal schwerfällt: Smartphones und Tablets sollten am Esstisch nicht dabei sein, um das Hunger- und Sättigungsgefühl nicht zu vernebeln.

3. Tipp: Darf ich machen?

Beziehen Sie Ihr Kind schon vor der Mahlzeit mit ein: vorm Gemüseregal, aber auch beim Zubereiten. Lassen Sie es zuschauen und je nach Alter auch mithelfen. Viele Kinder naschen gerne schon beim Mithelfen.

4. Tipp: Was ist das?

Kombinieren Sie neue Obst- oder Gemüsesorten mit Essen, das Ihr Kind mag. Thematisieren Sie das neue Obst oder Gemüse nicht groß, lassen Sie der Neugierde Ihres Kindes Raum.

5. Tipp: Bob Brokkoli, mein Name.

Nutzen Sie Ihre Kreativität und präsentieren Sie die Mahlzeit kindgerecht, etwa eine Pizza mit Gemüsegesicht. Sie können auch eine Abendbrot-Fantasiereise machen: Bob Brokkoli auf der Suche nach dem verschwundenen Kai Kartoffel.



Frische Fakten:
Abonnieren Sie unseren digitalen Newsletter!

