

**Ausgezeichnet!**

## **Urkundenverleihung „Gesunde Küche“**



Am 11.04.2014 wurde der Küche des Kindergartens und Hort die Auszeichnung „Gesunde Küche“ der Abteilung Gesundheit des Landes OÖ. durch Landeshauptmann Dr. Josef Pühringer verliehen. (Siehe Abbildung von links: Kindergartenleiterin Maria Krexhammer, LAbg.a.D. Bürgermeister Otto Weinberger, Kindergartenköchin Maria Panholzer, Hofrat Dr. Heinrich Gmeiner)

Mit dieser Zertifizierung wurden die Rahmenbedingungen für Wohlbefinden im Alltag und eine gesunde Entwicklung in Sachen Ernährung geschaffen. Das Ziel „Mahlzeit mit Mehrwert - Essen das gut schmeckt, gut tut und gesund hält“ wurde somit nachhaltig erreicht. Im Sinne einer optimierten

Mischkost werden dabei folgende Grundsätze berücksichtigt:

- Lebensmittel- und Speisenvielfalt, bevorzugt regional und saisonal
- Gezielter Einsatz von hochwertigen Lebensmitteln, wie (Vollkornprodukte, Gemüse und Obst, Hülsenfrüchte, Nüsse und Samen, fettarme Milchprodukte, Pflanzenöle als Standard für die Zubereitung)
- Die richtige Balance von mageren Fleischspeisen, vegetarischen Gerichten, Fischgerichten und Süßspeisen unter Berücksichtigung der Vorlieben der Kinder
- Einsparung von versteckten Fetten, Zucker, sowie Fertiggerichten

Die Kinder werden motiviert, frisch Gekochtes zu genießen und schätzen zu lernen sowie Neues wiederholt zu kosten, denn es schmeckt, was man isst! So lernen sie viele Geschmacksrichtungen und Lebensmittel kennen, von denen die Kinder ein Leben lang profitieren. **Gesundheit ist unser höchstes Gut und einer der größten Wünsche von Eltern für ihre Kinder.**

**Auch der Küche des Rehafhofes in Schläßlberg wurde die Auszeichnung „Gesunde Küche“ am selben Tag verliehen, wozu herzlich gratuliert wird!** (siehe Abbildung rechts)

