



**www.kochbus.de**

**Kochbus Magazin**

Ausgabe 1  
Frühling 2008

**Vor 8 Monaten**

...von Menütaxi über  
Ebay gekauft ...



umgebaut, repariert  
und instandgesetzt von



M-Trans-Fahrzeug-  
technik GmbH



...mit neuer Farbe ver-  
sehen durch ALZB,



...designed durch Tria-  
lon GmbH,



Nun ist er fertig und in  
Schulen und Kitas im  
Einsatz.

# Der Kochbus startet durch...

Von der Idee zur Unterstützung einer aktiven und modernen Ernährungserziehung, Beratung und Schulung bis zur Umsetzung des Projektes vergingen knapp 6 Monate, in denen wir aus einem 33 Jahre alten BVG-Doppeldecker einen attraktiven Kochbus mit modernster Kochtechnik zauberten.

Während dieser Zeit lernten wir viele Menschen, Institutionen, Betriebe und Einrichtungen kennen, die uns Mut machten, dieses Projekt weiterzuentwickeln. Allen jenen, die mit Ihrer aktiven Unterstützung wesentlich an der Fertigstellung des Kochbusses beteiligt waren, möchten wir an dieser Stelle herzlich danken.

Ab dem 01. Februar 2008 gilt es, nun die inhaltlichen Ziele umzusetzen. Fehlernährung und Übergewicht haben zu einem dramatischen Anstieg von Diabetes, Bluthochdruck und Kreislauferkrankungen geführt. Wir stehen für eine gesunde Ernährung und wollen mit unserem Projekt Kindern, Jugendlichen und Senioren zeigen, welche Fehler man bei der Ernährung vermeiden sollte, wie eine zeitgemäße Ernährung aussieht und wie „Essen und Trinken“ wieder zum Genuss wird und nicht nebenbei, zu schnell, zu unüberlegt und ohne Spaß und Freude „erledigt“ wird.



Nach der Rekonstruktion des Doppeldeckers



oben



oben



Küche unten

# Essen in der Kita

Übergewichtige in Deutschland  
23 Millionen Männer  
17 Millionen Frauen  
2 Millionen Kinder



**Der Gesundheitskoffer beinhaltet die Bausteine:**

- Ernährung
- Bewegung
- Entspannung
- Meine Haut
- Starke Kinder



1-2008, Seite 2

## **Gesund essen will für Kita-Kinder gelernt sein.**

Mit unserem Kochbus unterstützen wir das pädagogische Personal und die Eltern bei der Ernährungserziehung durch erlebnispädagogische Methoden, indem wir das handelnde und fühlende Kind durch eine erlebnisorientierte Sinnesschulung direkt ansprechen. Durch Sehen, Hören, Schmecken, Riechen und Tasten vermitteln wir das Schmecken mit allen Sinnen und wollen damit den Zugang zu einer gesunden, sinnvollen und schmackhaften Ernährung unterstützen. Spielend werden alle Sinne bei der Erforschung von verschiedenen Lebensmitteln angesprochen, um den Kindern den Zugang zu einer gesunden Ernährungsweise langfristig zu vermitteln. Bei der Gestaltung unserer Kochkurse wollen wir Erlebnisse zulassen, die zu Neugierde, Faszination, Lebensfreude und zum Aufwerfen neuer Fragen anregen. Wir wollen mit unserem Vorgehen erreichen, dass sich die Kinder auch nach dem Besuch im Kochbus mit der sinnlichen Wahrnehmung und dem Lernen mit allen Sinnen beschäftigen und zuhause und im Kin-



dergarten weiter damit auseinandersetzen. Die Kochmodule sind so konzipiert, dass sie auf eine durchschnittliche Kindergartengruppe mit 15 Kindern ausgerichtet ist. In der Regel können wir mit 3 Gruppen pro Tag kochen.

Alle Kochmodule sind grundsätzlich für Kinder ab 4 Jahren geeignet. Bei der Lebensmittelauswahl haben wir die Grundsätze der vollwertigen Ernährung berücksichtigt. In einigen Modulen wird bewusst von der vollwertigen Ernährung abgewichen, um spezielle Erfahrungen und Effekte bei den Kindern zuzulassen. Beim gemeinsamen Zubereiten von Obst- und Gemüsesalaten, Kochen von einzelnen Bestandteilen für ein erlebnisreiches Essen sowie Lernen von grundlegenden Tisch-, Benimm- und Hygiene-Regeln auf altersgerechter und spielerischer Basis unterstützen wir das pädagogische Konzept der Einrichtungen durch praktisches Erleben in unserem Koch-

bus.

Interessierte Eltern, Elternvertreter, aber auch verantwortliche Mitarbeiter von Trägern sind eingeladen und gern gesehen.

Im Anschluss werden die selbstbereiteten Bestandteile sowie die Ergänzungen unseres Chefkochs zu einem eindrucksvollen Mittagessen zusammengestellt und mit viel Spaß gemeinsam gegessen.



## **Die Grundlage für die Sinnesreise der Kinder im Kochbus stellte uns die BKK mit ihrem Gesundheitskoffer zur Verfügung.**

„Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen“, heißt es in einem alten Sprichwort – es macht mit einfachen Worten deutlich, dass es bei der Nahrungsaufnahme um mehr geht, als nur darum Hunger und Durst zu stillen und den Körper durch eine ausgewogene Ernährung mit allen lebensnotwendigen Nährstoffen zu versorgen. Essen und Trinken sind auch ein Erlebnis für die Sinne und haben Einfluss auf unsere Stimmungen und Gefühle, auf unser seelisches Wohlbefinden. Denken Sie zum Beispiel mal daran, wie es Ihnen und den Kindern ergeht, wenn Sie gemeinsam an einem freundlich gedeckten Tisch sitzen und der angenehme Duft der Speisen ein leckeres Essen verspricht. Kindern die Freude und den Genuss am Essen zu vermitteln, sollte daher auch immer oberstes Ziel der Ernährungserziehung in der Kita sein: Positive Erlebnisse und Erfahrungen mit Essen und Trinken tragen maßgeblich dazu bei, dass Kinder ein gesundes Ernäh-

ungsverhalten entwickeln. Neben dem Elternhaus kann hier die Kita einen entscheidenden Beitrag leisten.

„Essen ist Genuss und macht Spaß“ lautet aus diesem Grund das Motto des Gesundheitsbausteins Ernährung. Entwickelt aus der Praxis für die Praxis enthält dieser Ordner neben der ausführlichen Behandlung von Fragen und Problemen der Praxis eine Vielzahl von Vorschlägen, Tipps, Rezepten und Spielideen für eine sinnes- und erlebnisorientierte Ernährungserziehung in Ihrer Kita. Mit dem Kochbus-Projekt wird damit optimal das dreijährige Projekt „Gesunde Kita“ der BKK VBU praxiswirksam unterstützt.

Zwölf Kindertagesstätten aus Berlin und Brandenburg haben 2008 die Möglichkeit, mit Unterstützung der BKK VBU und der Barmenia Krankenversicherung die Sinnesreise im Kochbus kostenfrei zu erleben. *Ausführliche Informationen erhalten interessierte Kitas unter [www.meine-krankenkasse.de](http://www.meine-krankenkasse.de) Oder bei Astrid Salomon unter Telefon: (0 30) 7 26 12 13 20.*

# Wie funktioniert es?

Wie vielen Trägern, Kitaleitungen und Erzieherinnen liegt auch uns gesunde Ernährung, Spass und Erlebnis beim Essen sehr am Herzen.

Wie stellen wir uns den Einsatz des Kochbusses vor? Innerhalb einer, von Ihnen zu gestaltenden Projektwoche mit dem Thema „Gesunde Ernährung“ wird der „Kochbus“ als Höhepunkt zum Einsatz kommen. Während der Projektwoche können in der Kita viele Dinge rund um die gesunde Ernährung durchgeführt werden, die keiner Küchenutensilien bedürfen. Dazu stellen wir Ihnen gern Material bereit.

## Was passiert im „Kochbus“?

*Im Kochbus werden vor allem praktische Arbeiten mit den Kindern durchgeführt. Hierzu sollen wir uns verständigen, welche Arbeiten mit den einzelnen Gruppen angedacht sind (zum Frühstück, zum Mittag, zum Vesper).*

## Wer kann teilnehmen?

Teilnahme ca. 15 Kinder (ab 4 Jahre bis zum Schuleintritt) pro Durchgang, Dauer ca. 1-1,5 Std.

## Welches Thema kommt zur Anwendung?

*Das Thema wird tageszeitabhängig gestaltet (gesundes Frühstück, Obstpause, Mittag, Vesper).*

## Wie ist der Ablauf?

Vorbereiten der Mahlzeiten, z.B. putzen, schälen, waschen von Gemüse und Obst, kochen und essen.

*Selbstverständlich ist die Hygiene in der Küche aber auch die persönliche Hygiene Bestandteil des Projekttages.*

## Welche Kosten kommen auf Sie zu?

*Kosten pro Einsatz/Tag des Kochbusses ca. 400,00 € innerhalb Berlins und Umfang inklusive der eingesetzten Waren. Bei Projekttagen außerhalb Berlins zuzüglich Anfahrtskosten. Sponsoring über die Betriebskrankenkasse Verkehrsbau Union (BKK-VBU), der Barmenia Krankenversicherung a.G. bzw. anderer Partner ist gegebenenfalls möglich. Sie erhalten außerdem von uns einen Elternbrief zur Information und verweisen auf eine Fotoerlaubnis von den Eltern.*

Die Kinder erhalten eine Kochmütze, eine Teilnahme-Bescheinigung und eine Kochschürze. Die Kochschürze können Sie für 2,00 € auch als Erinnerung an das Ereignis und zur Weiterverwendung zuhause, käuflich erwerben. Kochmütze und Teilnahme-Bescheinigung sind im Preis inbegriffen.

Das Projekt „Kochbus“ von Menütaxi ist auf großes Interesse gestoßen. Um auch Ihnen die Möglichkeit zur Teilnahme zu geben, benötigen wir weitere Informationen

1. Name Ihrer Kita
2. Ansprechpartner Anschrift Ihrer Kita
3. Telefon-Nr.:
4. E-Mail Anschrift (wenn vorhanden Internetseite /Homepage)
5. Träger Ihrer Kita
6. Anzahl der teilnehmenden Kinder
7. Ihr Terminwunsch/ -Vorstellung

Unsere E-Mail-Adresse:

Kochbus@menuetaxi.de



Wir freuen uns auf Ihre Rückantwort und nehmen dann mit Ihnen telefonischen Kontakt auf. Sie können dieses Informationsschreiben gegebenenfalls als Faxantwort nutzen.

Faxnummer  
030/540044631.

Weitere Informationen zu unserem Projekt finden Sie auch unter:  
[www.kochbus.de](http://www.kochbus.de)

Hiermit bestätigen wir, dass:

Vorname/Nachname \_\_\_\_\_

Kita/CV \_\_\_\_\_

an folgenden Modulen teilgenommen hat:

**Modul 1** \_\_\_\_\_

**Modul 2** \_\_\_\_\_

**Modul 3** \_\_\_\_\_

**Modul 4** \_\_\_\_\_

**Modul 5** \_\_\_\_\_

Paßbild \_\_\_\_\_

Ort \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_

**Modul 1:** Bunte Pausenbrote, Hygieneregeln, Arbeitsgeräte

**Modul 2:** Frische Früchtchen in Milch, Obstsalat

**Modul 3:** Leckeres Mittagmahl selbst ausgewählt und zubereitet

**Modul 4:** Frische Snacks und Dips, frischer Kartoffelsalat

**Modul 5:** Gebackenes oder herzhaftes Vesper

[www.kochbus.de](http://www.kochbus.de)

Am Ende gibt es den

„Menü-Pass—So gesund koche ich“ -

in dem die Teilnahme an den einzelnen Modulen, die sowohl im Klassenraum, im Schulgarten und im Kochbus durchgeführt werden können, bestätigt wird.



# Elternbrief

## . Liebe Eltern,

gesunde Ernährung, Spaß und Erlebnis beim Essen liegen uns am Herzen.

Vom 20.04. – 23.04.2008 führen wir in unserer Kita eine Woche der gesunden Ernährung durch.

An den verschiedenen Projekttagen werden wir mit den Kindern spielend lernen, welche Lebensmittel fit und welche schlapp machen, wie Lebensmittel riechen, schmecken, sich anfühlen und wie mit ihnen umgegangen werden muss, damit wir nicht krank werden.

Höhepunkt wird das Herstellen von eigenen Komponenten für Frühstück, das Mittagessen oder Vesper sein. Dazu wird uns der **Kochbus** (Menütaxi GmbH) unterstützen, in dem die Kinder alle Möglichkeiten des Schnippelns, Belegens, Zusammenstellens, Kochens und praktischen Lernens in der Küche haben. Ihr Kind wird hygienische Notwendigkeiten in der Küche erfahren, den Umgang mit Küchengeräten und Küchenutensilien durch einen Koch vermittelt bekommen und sich selbst testen können, mit diesen Dingen umzugehen.

*Diese Aktion wird teilweise unterstützt durch die Betriebskrankenkasse Verkehrsunion (BKK VBU) sowie der Barmenia-Versicherungen. Beide Unternehmen wollen Ihnen angemessene Anregungen für eine ausgewogene Ernährung und gesunde Lebensweise Ihres Kindes näher bringen. Gleichzeitig erhalten Sie interessante Tipps zur Unfallvorsorge der gesamten Familie.*

Da der Kochbus zu jedem Zeitpunkt auch durch die Politik und Presse wahrgenommen wird, bitten wir Sie, die Erklärung zu unterzeichnen, wenn Sie damit einverstanden sind, dass Ihr Kind fotografiert werden darf und die Bilder für das Projekt „Gesunde Ernährung“ des Kochbusses verwendet werden können.

Im Projekt Kochbus wird Ihrem Kind eine kleine Kinderküchenschürze zur Verfügung gestellt, die Ihnen gerne zum Selbstkostenpreis von 2.- € überlassen werden kann.

Die Kochmütze, eine Teilnahmebescheinigung sowie die Lebensmittel sind für Ihr Kind kostenfrei.

Wir sind überzeugt, dass unsere Kita und die BKK VBU, die Barmenia-Versicherungen sowie Menütaxi mit dieser Projektwoche Ihren qualitativen Anforderungen bei der Erziehung und Bildung Ihres Kindes entsprechen können.

Gern würden wir zu diesem Thema mit Ihnen im Gespräch bleiben um gemeinsam mit Ihnen als Elternhaus, die gesunde Ernährung der Kinder zu befördern und der wachsenden Gefahr von adipösen Kindern entgegen zu wirken.

Kitaleitung



## Einverständnis

Hiermit erklären wir als Erziehungsberechtigte unser Einverständnis, dass

von unserem Kind ..... durch die Menütaxi GmbH Berlin gefertigte Fotoaufnahmen kostenfrei für das Projekt Kochbus.de zum Thema gesunde Ernährung von Kita-Kindern verwendet werden dürfen.

Berlin, .....

Am Ende gibt es den

## „Menü-Pass—So gesund koche ich“ -

in dem die Teilnahme an den einzelnen Modulen, die sowohl im Klassenraum, im Schulgarten und im Kochbus durchgeführt werden können, bestätigt wird.

Nähere Informationen erhalten Sie über Frau Zimmermann:

Tel.: 030 54004430



# Schulung im Kochbus

## Gesunde Ernährung

Unsere Lebensmittel sind ins Zwielflicht geraten. Was kann man noch gefahrlos essen, was ist gesund?

Küchenfeen haben es heutzutage nicht ganz einfach: Zuhause nehmen sich nur noch wenige Zeit zum Kochen, aber in der Gemeinschaftsverpflegung - Kita und Schule - soll das Essen gesund sein und wenn möglich allen - Groß und Klein - ausgezeichnet schmecken. Nahrhaft soll es sein, aber auch keinen mästern - frisch muss es sein, aber auch haltbar, den Qualitätsanforderungen der DGE entsprechen, den unterschiedlichen Kulturen muss es angepasst sein und so weiter und so weiter... und kosten soll es auch nicht viel.

Ein Spagat bei dem wir sie mit Rat unterstützen möchten.

Wir wissen es längst: Wir essen zu viel, zu fett, zu kalorienreich. Falsche Ernährung und Übergewicht fördern viele Erkrankungen, vor allem Typ-2-Diabetes, Bluthochdruck oder Herzinfarkt. Überprüfen Sie also Ihren Lebensstil, denn Sie können wirksam vorbeugen: Mit der richtigen Ernährung, mehr Bewegung und ein paar Kilos weniger.

Richtig essen und regelmäßige körperliche Aktivität halten den Blutzucker, Blutfette und Blutdruck auf gesundem Niveau. Die Kinder fühlen sich wohler und leistungsfähiger. Und Sie bleiben gesund – langfristig und erfolgreich.

Alte Gewohnheiten beim kochen sitzen jedoch tief. Mit uns können die Küchenfeen den Geschmack an Gemüse, Pflanzenölen sowie fettarmer Zubereitung finden, Hinweise und praktische Kniffe erhalten, wie die gesündere Kost durch moderne Kochtechnik herstellen können, den Kindern gefällig anbieten und die Geschmacksbildung positiv beeinflussen können.

An praktischen Beispielen zeigen wir im Kochbus wie ein modernes Verpflegungskonzept einer Mischküche mit hohem Qualitätsstandard funktionieren kann, wie die Inhaltsstoffe (Vitamine, Mineralien) der Lebensmittel beim kochen erhalten bleiben und ein gesunder Geschmack sowie Spaß beim Essen entwickelt werden kann.

## Hygiene in der Gemeinschaftsverpflegung

bedingt die Einhaltung von Personal-, Lebensmittel- und Raumhygiene. Wir schulen Ihre Mitarbeiter in unserem Kochbus nicht nur zu den rechtlichen Rahmenbedingungen, wie der Lebensmittelhygieneverordnung bzw. der EU Verordnung Nr. 852/2004 sowie zum Infektionsschutzgesetz (IfSG), sondern zeigen praktisch, wie die Umsetzung im eigenen Betrieb erfolgen kann, und die gesetzlichen Regeln besser verstanden und verantwortlich nachvollzogen wer-

den können.

Entsprechend der ausgewählten Themen schulen wir zu:

Hintergründen und Notwendigkeiten der Personalhygiene/persönlichen Hygiene im Rahmen der betrieblichen Maßnahmen und Kontrollen;

Den Grundlagen der Mikrobiologie und der Konsequenzen für Produktionsabläufe und persönliches Verhalten am Arbeitsplatz;

Grundlagen der Kontaminationsverhütung;

Vermeidung von Hygienemängeln in der Küche;



Unsere Kompetenz bei der Vermittlung von praxisorientiertem Wissen schöpfen wir aus der Erfahrung beim Einsatz von mehr als 450 Mitarbeiterinnen in Küchen, Essenausgaben, Cafeterien und beim Lebensmitteltransport. Wir beraten Sie zur Einführung und Umsetzung eines eigenen HACCP-Konzeptes, zum Personal-, Geräte- und Einkaufsmanagement und können den Prozess zur Zertifizierung ihres Küchenbetriebes nach DIN EN ISO 9001:2000 begleiten.

Im Rahmen unserer Schulungen erhalten die Teilnehmer Zertifikate über den belegten Kurs.

Träger von Einrichtungen, die Gemeinschaftsverpflegung vorhalten und mehrere Einzelobjekte haben, können uns einen Ort nennen, den ihre Mitarbeiter gut erreichen, wir mit unserem Kochbus anfahren und so die Schulung für alle Seiten effektiv durchführen können.

Nähere Informationen erhalten Sie über Frau Zimmermann:

Tel.: 030 54004430

Im Rahmen unserer Schulungen erhalten die Teilnehmer Zertifikate über den belegten Kurs.

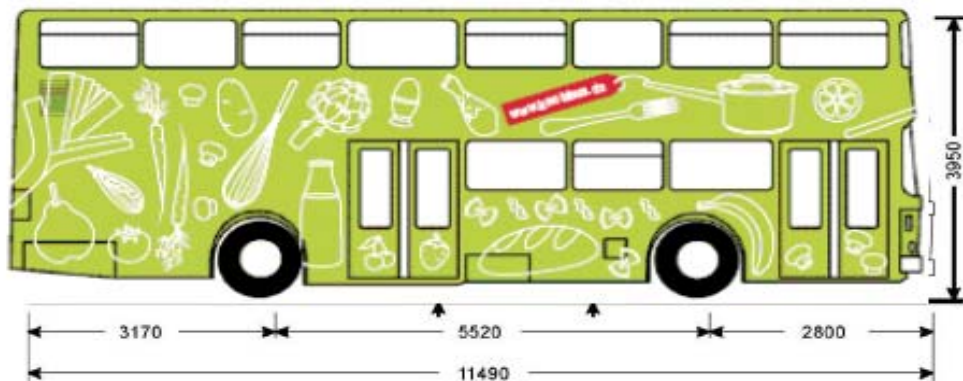
Träger von Einrichtungen, die Gemeinschaftsverpflegung vorhalten und mehrere Einzelobjekte haben, können uns einen Ort nennen, den ihre Mitarbeiter gut erreichen, wir mit unserem Kochbus anfahren und so die Schulung für alle Seiten effektiv durchführen können.



**Mit der Umsetzung der deutschen Lebensmittelhygieneverordnung wurden Mitarbeiterschulung und Eigenkontrolle zu verpflichtenden „Hausaufgaben“ der Lebensmittelherstellern, -behandelnden und -**



## Berliner Doppeldeckbus MAN SD200 - Abmessungen und technische Daten -



## Kochbus B - KB 9405

- Mindestdurchfahrtshöhe 4,10 m
- Gesamtgewicht 13 t
- Höchstgeschwindigkeit 75 km/Std
- Dieserverbrauch 35 l/100 km
- E - Anschlüsse 1 x Kraftstrom 16 A Stecker oder 3 mal 240 V
- Wasseranschluß 1/2 Zoll
- Zulassung Sonderfahrzeug, nicht zur Personenbeförderung
- Versicherung: Feuersozietät
- Kraftfahrer: Martin Schneider Tel.: 01723895292
- Bestellung/Buchung: Frau Zimmermann Tel.: 030 54 00 44 30
- Terminvorschau: [www.kochbus.de](http://www.kochbus.de)
- Mietpreise/Konditionen: Herr Eildermann Tel.: 0170 9118855

