

# Auch Möhreeneintopf macht Kinder froh

Die Ansprüche an das Essen in Kindertagesstätten sind gestiegen - genauso wie die Preise. Worauf es bei der Verpflegung der Kleinsten ankommt, erläutert Caterer Uwe Nickut.

VON ALEXANDER RIEDEL

**LEICHLINGEN** Auf Ernährungsgewohnheiten aus den ersten Lebensjahren greift der Mensch oft auch später immer wieder zurück: Das sagt unter anderem eine Studie der Deutschen Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin. Will heißen: Der Grundstein in puncto ausgewogene Ernährung wird früh gelegt. Wenig Fleisch und Wurst, dafür mehr Hülsenfrüchte, täglich Obst und Gemüse und ein bis zweimal pro Woche fetten Seefisch - so sehen im Groben die Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) aus. „Wir arbeiten gern nach diesen Leitlinien“, bekräftigt Uwe Nickut, Gründer und Mit-Geschäftsführer des gleichnamigen Catering-Betriebs mit Sitz in Burscheid. Der verpflegt neben Seniorenheimen, Krankenhäusern und Schulen im näheren Radius auch Kindertagesstätten - darunter gleich mehrere in Leichlingen.

Ein Muster-Speiseplan auf der Webseite des Unternehmens liefert eine Orientierung, wie das Mittagessen in einer typischen Woche in etwa aussehen könnte: Das Mischkost-Menü beinhaltet zum Beispiel an einem Tag die Raviolini „Formaggio“ mit Gemüsefüllung und Käse-Sahne-Sauce, tags darauf das Geflügelhacksteak mit Langkornreis und Ajvar-sauce und klassisch am Freitag das Seelachsfilet „Müllerin Art“. In der Spalte „vegetarisch“ tauchen für den gleichen Zeitraum die Mini-Käse-Rösti mit Blumenkohl-gemüse, der Frühlingsgemüse-Eintopf und das vegetarische Geschnetzelte



Kimberley Peatrowsky, Marcel Schröder und Uwe Nickut (v.l.) versorgen zahlreiche Kitas in Leichlingen mit einem warmen Mittagessen.

FOTO: ALEXANDER RIEDEL

„Hawaii“ auf. An jedem Tag gibt es dazu einen Salat oder ein Dessert und alternativ frisches Obst.

Allzu schnell wiederholen soll sich das Ganze nicht: „Wir haben einen Rollplan über sieben Wochen, der saisonal angepasst wird“, berichtet Nickut, der als gelernter Metzgermeister Produkte aus dem eigenen Haus anbietet. Nach wie vor, betont er, sei bei den Kitas ein Vollwert-Menü mit Fleisch und Fischgerichten gefragt. Nur zwei seiner Kunden - in beiden Fällen Schulen - beliefert Nickut mit komplett vegetarischem Essen. Statt im Zweifelsfall eine Alternative zu einem möglichen Gericht mit Schweinefleisch anzubieten, das für manche Schüler aus religiösen

Gründen nicht infrage gekommen wäre, hätten die Einrichtungen entschieden, lieber komplett auf Fleisch zu verzichten, erzählt Nickut.

Eine weitere wichtige Herausforderung für Gastronomen im Allgemeinen und Caterer im Besonderen ist der Umgang mit Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten, sei es gegen Laktose, glutenhaltiges Getreide oder Nüsse. Lebensmitteltechnikerin Kimberley Peatrowsky hat bei Nickut Catering nicht nur die sorgfältige Kennzeichnung der Allergene im Blick, sondern beantwortet auch Anfragen von Eltern rund um das Thema. „Manche hätten gern das gleiche Gericht wie auf dem Plan, nur ohne das Allergen“, sagt sie. Um aber Kreuzkontaminationen auszuschließen und den Kindern ebenso nahrhafte Speisen zu bieten, gehe man anders

vor, ergänzt Nickut-Geschäftsführer Marcel Schröder: „Wenn an einem Tag kein Gericht ohne das jeweilige Allergen auf dem Plan ist, gibt es eine separate Auswahl von 20 bis 30 alternativen Produkten“. Die kaufe man aber zu.

Rund drei Euro kostet ein Essen in den Einrichtungen, die Nickut beliefert. Eine bundesweite Umfrage des Verbandes der deutschen Schul- und

## INFO

### Wie gut ist das Kita-Essen?

Im Verlauf des Jahres 2026 soll eine neue Studie im Auftrag des Bundesministeriums für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat die Qualität der Verpflegung an deutschen Kitas untersuchen. Die letzte sogenannte „VeKiTa“-Studie wurde im Jahr 2016 veröffentlicht. Damals hatte sich gezeigt, dass sich nur 41 Prozent der Kitas an externen Standards zur Verpflegung - in den meisten Fällen die Kriterien der DGE - orientierten.

Kitacaterer hatte schon im Jahr 2024 einen Durchschnittspreis von 3,90 Euro ermittelt. Angesichts der eigenen Kosten hätte man den Preis deutlicher erhöhen müssen, stellt Nickut klar: „Aber wir sind an der Akzeptanzgrenze angekommen.“ Schließlich müssten sich die Eltern die Beträge auch leisten können.

Insgesamt 13 Kitas gibt es in Leichlingen, getragen von Stadt, Unternehmen, Kirchen und Elterninitiativen. Manch eine wirbt damit, dass vor Ort frisch gekocht wird. „Ich kann jede Kita nur beglückwünschen, die diese Möglichkeit hat“, betont Uwe Nickut. Mitunter helfe sein Betrieb als Caterer auch dort aus - etwa, wenn die Köchin der jeweiligen Kita erkrankt oder im Urlaub sei. Eine Rückmeldung zum Mittagessen bekommt Marcel Schröder übrigens aus erster Hand: „Meine beiden Töchter besuchen eine Kita die wir verpflegen.“ Ihr Leibgericht seien Chicken Nuggets, verrät er. Uwe Nickut ergänzt: „Einer unserer stärksten Artikel ist ein Möhreeneintopf.“