

## Arbeitsmaterialien für Erzieherinnen und Erzieher

**Kinder spielend fördern, Wissen spannend vermitteln! – Kreative Ideen und Materialien für Krippe, Kindergarten, Kita und Hort**

Thema: Bewegung, Gesundheit & Ernährung, Ausgabe: 8  
Titel: Kinderjoghurts - Die gesunde Zwischenmahlzeit für Kinder? (1 S.)

### Produkthinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Printausgabe aus dem Programm »Kindergärten/Kita« der Mediengruppe Oberfranken.\* (Originalquelle siehe Fußzeile des Beitrags)

- ▶ Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie [hier](#).

Seit über 15 Jahren entwickeln erfahrenen Pädagoginnen und Pädagogen unsere fertig ausgearbeiteten Materialien mit vielfältigen Anleitungen, Kopiervorlagen, Liedern, Geschichten, Experimenten, Bastelideen, Exkursionen und Spielvorschlägen für alle Bildungsbereiche sowie für Kinder unter 3.

- ▶ Informationen zu den Print-Ausgaben finden Sie [hier](#).

\* Ausgaben bis zum Jahr 2016 erschienen bei OLZOG Verlag GmbH, München

### Beitrag bestellen

- ▶ Klicken Sie auf die Schaltfläche **Dokument bestellen** am oberen Seitenrand.
- ▶ Alternativ finden Sie eine Volltextsuche unter [www.edidact.de/kita](http://www.edidact.de/kita).

### Piktogramme

In den Beiträgen werden – je nach Fachbereich und Thema – unterschiedliche Piktogramme verwendet. Eine Übersicht der verwendeten Piktogramme finden Sie [hier](#).

### Nutzungsbedingungen

Die Arbeitsmaterialien dürfen nur persönlich für Ihre eigenen Zwecke genutzt und nicht an Dritte weitergegeben bzw. Dritten zugänglich gemacht werden. Sie sind berechtigt, für Ihren eigenen Bedarf (in Gruppengröße) Fotokopien zu ziehen bzw. Ausdrucke zu erstellen. Jede gewerbliche Weitergabe oder Veröffentlichung der Arbeitsmaterialien ist unzulässig.

- ▶ Die vollständigen Nutzungsbedingungen finden Sie [hier](#).

### Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:

- [Kontaktformular](#) | ✉ Mail: [service@edidact.de](mailto:service@edidact.de)
- ✉ Post: Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG  
E.-C.-Baumann-Straße 5 | 95326 Kulmbach
- ☎ Tel.: +49 (0)9221 / 949-204 | 📠 Fax: +49 (0)9221 / 949-377
- <http://www.edidact.de> | <https://bildung.mgo-fachverlage.de>



## Kinderjoghurts – Die gesunde Zwischenmahlzeit für Kinder?

Bunt, klein und handlich, mit bekannten Stars aus Zeichentrickfilmen und kleinen Überraschungen, die die Sammelleidenschaft und Neugierde der Kinder ansprechen, präsentieren sich die „Kinderjoghurts“ in den Kühlregalen der Supermärkte. Eltern und Erzieher(inne)n wird durch Formulierungen wie „Ohne Zusatz von Kristallzucker“, „Extra-Portion Milch“ oder „Kleiner Quark – knochenstark“ suggeriert, mit dem Kauf des Produkts zur gesunden Ernährung der Kinder beizutragen.

Doch bei genauerem Hinsehen offenbart sich das Produkt eher als süße Nascherei.



In einem kleinen Becher von 50 g einer beliebten Kindermarke verstecken sich beispielsweise zwei Stück Würfelzucker.



Oft sind diese Produkte auch keine Joghurts, sondern vielmehr Frischkäse, also sehr fetthaltig.



Der Fruchtanteil ist meist sehr gering (nur ca. 6 %), sodass davon auszugehen ist, dass der leckere und intensive Geschmack durch Zucker und Aromen bewirkt wird.

Insgesamt kann man die Aussage treffen, dass diese speziell für Kinder entwickelten Produkte sich durch einen **hohen Zucker- und Fettgehalt** und der **Zugabe von künstlichen Aromen**, welche die Kinder zunehmend vom natürlichen Geschmack entfernen, auszeichnen. Zudem sind diese Produkte meist übersteuert.

Nicht zu vernachlässigen ist auch der ökologische Fußabdruck, den diese Produkte hinterlassen. Durch die vielen kleinen Plastikbecher entsteht ein riesiger Müllberg, der schwer abbaubar ist. So viele Kunstwerke kann kein Kind wirklich daraus bauen, dass sich dieser Müllberg dadurch rechtfertigen könnte.

Kinderjoghurts sind somit überflüssig. Natürlich kann man Kindern ab und an diese Produkte kaufen. Betrachten Sie diese jedoch immer als Dessert – also Süßigkeit. Eine gesunde Alternative bieten selbst angerührte Joghurts, Dickmilch oder Quark, die mit frischen Früchten zubereitet werden.

(EM)