

## Liebe Eltern,

schön, dass Sie etwas Leckeres von Zuhause in die Krippe/Kita mitbringen wollen. Damit die Freude am Feiern und Schlemmen für alle ungetrübt bleibt, sollten Sie einige Hinweise zum hygienischen Umgang mit Lebensmitteln beachten.

**Lebensmittel verderben durch unerwünschte Mikroorganismen.** Das sind kleinste Lebewesen, die überall vorkommen – in der Luft, auf den Händen, auf Lebensmitteln, auf Küchentüchern usw...

Bei **Salmonellen** handelt es sich beispielsweise um solche unerwünschten Mikroorganismen. Sie bilden Stoffe, die weder zu sehen, noch zu riechen oder zu schmecken sind. Nach dem Verzehr – und zwar zwischen fünf Stunden und sieben Tagen – können jedoch Durchfall, Erbrechen, Bauch-, Kopfschmerzen, Übelkeit, Fieber und manchmal auch schwere Komplikationen auftreten.

Salmonellen kommen vor allem in nicht ausreichend erhitzten tierischen Lebensmitteln vor: In Geflügel, Eiern oder Fleisch und in Gerichten, die aus diesen Zutaten hergestellt werden.

Je mehr Salmonellen in einer Speise sind, desto größer ist die Wahrscheinlichkeit, dass Menschen, die davon gegessen haben, krank werden.

## Diese Speisen dürfen Sie *nicht* in den Kindergarten mitbringen

- Rohes Mett, Hackepeter, Tartar
- Streichfähige Rohwürste wie z.B. Zwiebelmettwurst, Teewurst, Braunschweiger
- Rohmilch und Vorzugsmilch, Rohmilchprodukte, z.B. Rohmilchkäse
- Nicht ausreichend durchgegartes Fleisch wie z.B. Frikadellen, Hähnchenschenkel (Garprobe machen!)
- Räucherlachs, Graved Lachs und rohe Fischerzeugnisse wie Sushi.
- Speisen mit rohem Ei, z.B. selbstgemachte Mayonnaise oder Süßspeisen mit rohem Ei
- Speiseeis, das schon angetaut war oder ist
- Geflügelsalat
- Sahnetorten

### Weitere Informationen und praktische Ratschläge erhalten Sie:

bei den *Fachkräften für gesunde Kinderernährung* in Ihrer Krippe oder Kita oder beim

### Leibniz-Institut für Präventionsforschung und Epidemiologie – BIPS GmbH

Wiebke v. Atens-Kahlenberg / Heidegret Bosche

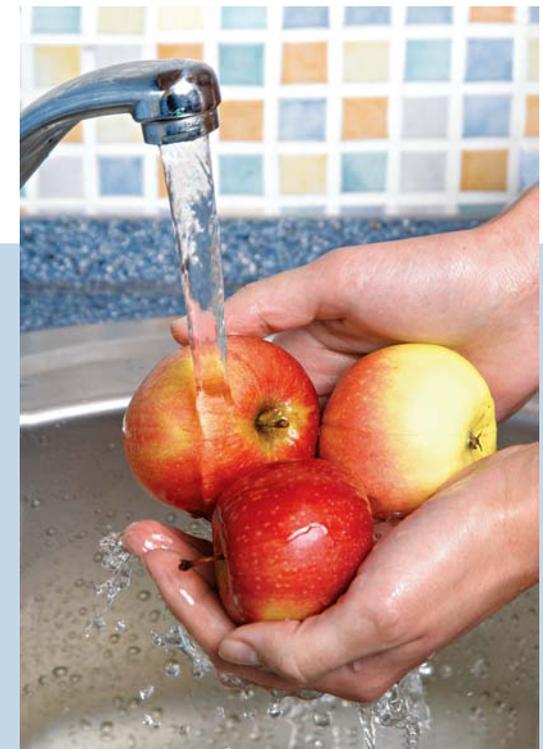
Achterstraße 30, 28359 Bremen

Tel. 0421 218- 56 910 / 911

Email: [atens@bips.uni-bremen.de](mailto:atens@bips.uni-bremen.de)

[bosche@bips.uni-bremen.de](mailto:bosche@bips.uni-bremen.de)

## Worauf Sie achten sollten, wenn Sie Speisen in die Krippe oder Kita mitbringen



Hinweise und Tipps  
(nicht nur) für Eltern

## Hinweise zum hygienischen Umgang mit Lebensmitteln

### Speisen kühl halten

Speisen, die Sie im Kühlschrank lagern, müssen auch gekühlt transportiert werden. In einer Kühltasche mit ausreichend Kühlakkus kann die Kühlschranktemperatur bis zu 2 Stunden erhalten bleiben.

Im Kühlschrank müssen leicht verderbliche Lebensmittel wie Fleisch und Fleischwaren, Fisch, Eier, Milch und Milchprodukte und alle Speisen, die mit diesen Lebensmittel zubereitet sind, bei maximal +7° Celsius gelagert werden, damit sich darin enthaltene Bakterien nicht oder nur langsam vermehren können.

### Lagerdauer beachten

Achten Sie auf die angegebenen Verbrauchs- und Mindesthaltbarkeitsdaten auf den Verpackungen.

### Vollständig auftauen

Tauen Sie tief gefrorenes Fleisch und Geflügel vor der Zubereitung ohne Verpackung komplett auf. Nur so kann beim Erhitzen die erforderliche Kerntemperatur von +70° Celsius in dickeren Stücken erreicht werden.

Schütten Sie das von Fleisch und Geflügel gebildete Tauwasser weg, da es Salmonellen enthalten kann. Reinigen Sie alle Gegenstände sehr sorgfältig, die damit in Berührung gekommen sind wie Schüsseln, Arbeitsflächen, Kühlschrankschübe, Putzlappen.



### Ausreichend erhitzen

Erhitzen Sie Speisen ausreichend. Das bedeutet, dass alle Teile für 10 Minuten auf eine Temperatur von mindestens +70° Celsius gebracht werden müssen.

#### Wie ist das zu kontrollieren?

##### 1. Möglichkeit:

**Geflügel:** Fleisch darf nicht mehr rosig schimmern, Knochen lassen sich leicht lösen.

**Gekochte Eier** mindestens 10 Minuten kochen, dann ist auch das Eigelb fest.

**Hackfleisch:** Auf gleichmäßig graue Farbe beim Erhitzen achten, bei Frikadellen darf auch im Inneren keine rötliche Färbung mehr sein.

##### 2. Möglichkeit:

Verwendung eines Lebensmittel-Thermometers.

### Backen

Bereiten Sie Teige, die Eier enthalten z.B. Waffelteig stets frisch zu und lagern Sie den Teig unbedingt kühl. Das Backwerk immer gut durch backen!

### Abkühlen lassen

Kühlen Sie heiße Speisen möglichst in flachen Behältern ab, denn das geht schneller.

Lassen Sie gekochte Zutaten für Salate abkühlen, bevor Sie den Salat mischen, damit andere Zutaten nicht erwärmt werden

### Aufwärmen

Beim Aufwärmen die Speisen auf mindestens +70° Celsius erhitzen, nur so werden Mikroorganismen, die sich trotz Kühlung entwickelt haben, abgetötet.

### Zügig verarbeiten

Leicht verderbliche Lebensmittel immer zügig verarbeiten. Je länger Lebensmittel der Wärme ausgesetzt sind, desto größer ist die Gefahr einer Keimvermehrung.

### Fertige Speisen nicht anfassen

Fassen Sie fertige Speisen nicht mit der Hand an, denn so könnten Sie Keime auf die Lebensmittel übertragen.