

## **Ausstattung**

- Rucksack mit Brust- und Hüftschnalle, Regenhülle und Karabiner
- Auslaufsicherer Trinkbehälter/ Trinkflasche
- Brotdosen/ Essensdosen/ Thermobehälter die von den Kindern selbst geöffnet werden können (Ausnahme Thermobehälter)
- Gabel/ Löffel (keine Messer)
- Tasse
- Zahnbürste/-pasta in einem kleinen Beutel (für den Rucksack)
- Kleines Handtuch
- Beutel

## **Kleidung**

- Gummistiefel/Winterstiefel/ Waldschuhe der Witterung entsprechend (vorzugsweise mit kleinem Absatz für das Band der Matschhose)
- Matschhosen/ -jacken (gefüttert wie ungefüttert) / Regenjacke / ggf. Skisachen/ Fleecejacke o.ä.
- lange/ warme Unterwäsche (z.B. Wolle-Seide, Merino)
- Hosen waldeignen und nach Möglichkeit mit Hosenträgern oder Gürtel
- Schal, Mütze, Handschuhe (wasserdicht, Fäustlinge oder Fingerhandschuhe für Kinder, die sie sich selbstständig anziehen können)

Außerdem ist immer eine komplette Garnitur im Kindergarten vorzuhalten. In einer Box im Bauwagen sind die Sachen zu verstauen und regelmäßig auf Vollständigkeit zu überprüfen.

- Unterwäsche
- Socken
- Hose
- Oberbekleidung
- Matschsachen, Fleecejacke o.ä.
- Schuhe
- Winter: Handschuhe, Mütze, Schal, gefütterte Matschsachen
- Sommer: Badehose/ Badeanzug, kleines Handtuch, kurze Hose

## **Essensempfehlungen** (nicht abschließend)

- Brote (Käse, Wurst, Aufstriche)
- Salz-, Sesamstangen oder Brezeln
- Laugenbrezel bzw. Stangen
- Reiswaffeln
- Knäckebröte
- Kräcker
- Knuspertiere
- Käse- oder Wurststückchen
- Alles an Obst: z.B.:
  - Äpfel
  - Bananen
  - Trauben

- Erdbeeren
- Orangen
- Mandarinen
- Rosinen
  
- Alles an Gemüse: z.B.:
  - Gurken
  - Tomaten
  - Mais
  - Paprika
  
- Pfannekuchen
- Pizza
- Nudeln (z.B. mit Würstchen)
- Gebratene Nudeln z.B.: mit Ei
- Milchreis
- Apfelmus
- Gnocchi
- Schupfnudeln
- Maultaschen
- Porridge
- Ei (nur hartgekocht)
- Müsli
- Reis (bitte nur mit Sauce)
- Suppen oder Eintopf:
  - Möhrenuntereinander
  - Käse-Lauch-Suppe
  - Grünkohluntereinander
  - Erbsensuppe
  - Linsensuppe
  - Kartoffelsuppe

Als Getränk empfehlen wir Wasser, keine gezuckerten Getränke.

Alle Gegenstände und Bekleidungsteile bitte beschriften.