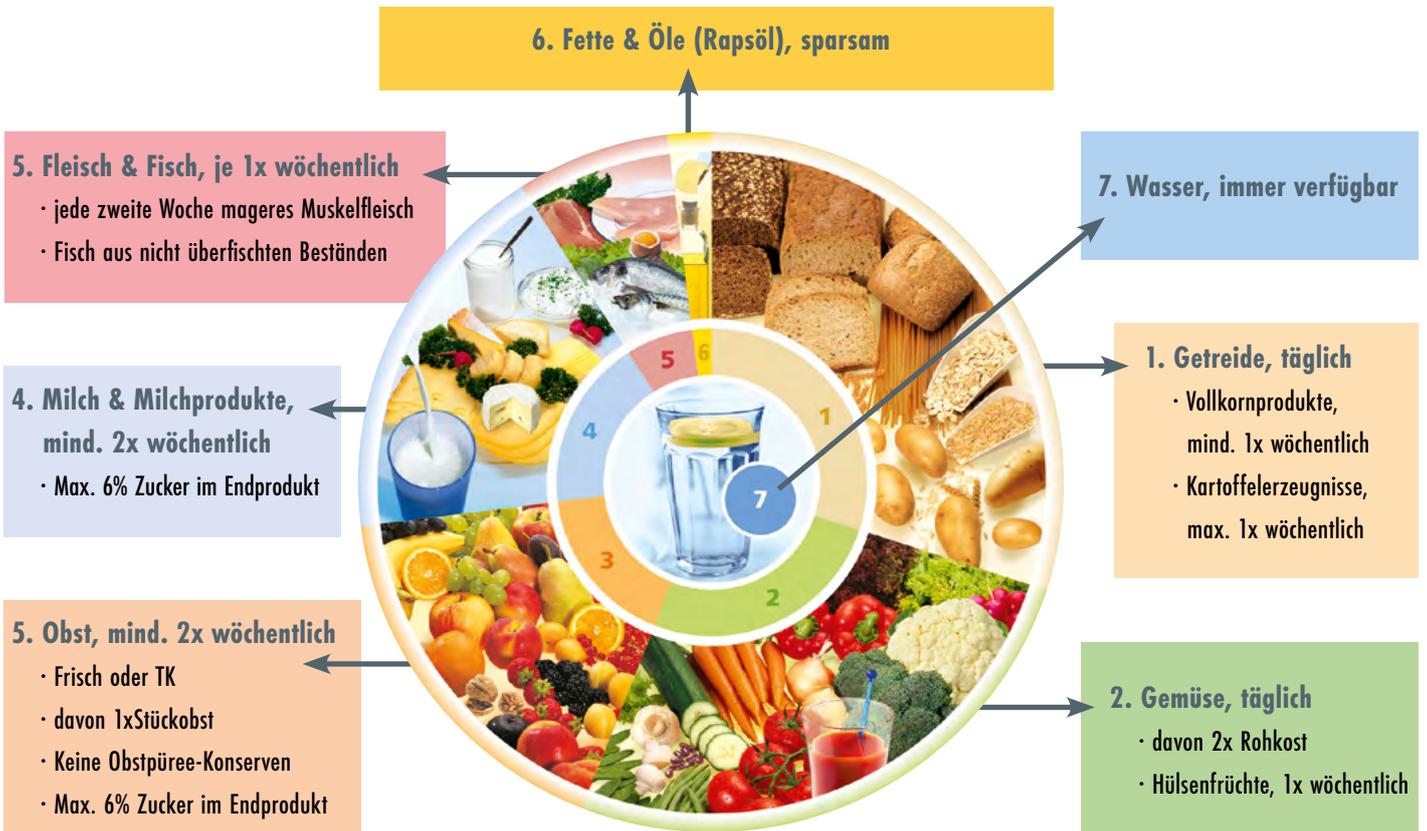


# LEITFADEN FÜR DIE VERPFLEGUNG VON KINDERN

– Tageseinrichtungen und Schulen der Sozialpädagogischen Initiative Unna



Eine ausgewogene Mittagsverpflegung ist wichtig für die gesunde Entwicklung von Kindern. In Absprache mit den Caterern bieten wir in unseren Einrichtungen eine gesunde, abwechslungsreiche, leckere und lebensmittelhygienisch einwandfreie Kita- und Schulverpflegung an, die sich an den Richtlinien der DGE orientiert.



DGE-Ernährungskreis®, Copyright: Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V., Bonn, Stand 2022: Der Ernährungskreis der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) ist ein Beispiel für eine vollwertige Ernährung. Er teilt das reichhaltige Lebensmittelangebot in sieben Gruppen ein und erleichtert so die tägliche Lebensmittelauswahl. Je größer ein Segment des Kreises ist, desto größere Mengen sollten aus der Gruppe verzehrt werden. Lebensmittel aus kleinen Segmenten sollten dagegen sparsam verwendet werden. Für eine abwechslungsreiche Ernährung sollte die Lebensmittelvielfalt der einzelnen Gruppen genutzt werden.

- ▶ Saisonale und regionale Lebensmittel werden bevorzugt
- ▶ Fett, Salz und Zucker werden sparsam verwendet
- ▶ vegetarisches Angebot steht täglich zur Verfügung
- ▶ Wünsche der Kinder werden in den Speiseplänen berücksichtigt, jedoch gibt es maximal einmal pro Woche Frittiertes
- ▶ Die Kinder sollen in Ruhe essen können, deshalb wird auf eine angemessene Pausenzeit geachtet

## Vorteile

- ▶ **Lecker:** Es werden hauptsächlich unverarbeitete Lebensmittel verwendet, die Warmhaltezeiten werden kurz gehalten und das Angebot ist abwechslungsreich.
- ▶ **Gesund:** Diese Ernährungsweise fördert sowohl die körperliche als auch die geistige Entwicklung von Kindern. Ernährungsgewohnheiten, die in der Kindheit erlernt werden, behält man ein Leben lang.
- ▶ **Nachhaltig:** Die Treibhausgasemission wird deutlich gesenkt durch die Reduzierung von Fleisch und einem größeren Angebot an Obst und Gemüse

# 1. LEBENSMITTELQUALITÄTEN UND -HÄUFIGKEITEN

für ein gesundheitsförderndes und nachhaltiges Mittagessen in 20 Verpflegungstagen

Lebensmittelgruppen	Lebensmittelqualität	Häufigkeit für 20 Verpflegungstage
Getreide, Getreideprodukte und Kartoffeln	Vollkornprodukte Pseudogetreide Kartoffeln, roh oder vorgegart Parboiled Reis oder Naturreis	20x (1x täglich) davon: mind. 4x Vollkornprodukte max. 4x Kartoffelerzeugnisse
Gemüse und Salat	Gemüse, frisch oder tiefgekühlt Hülsenfrüchte Salat	20x (1x täglich) davon: mind. 8x als Rohkost mind. 4x Hülsenfrüchte
Obst	Obst, frisch oder tiefgekühlt ohne Zucker und Süßungsmittel	mind. 8x davon: mind. 4x Stückobst
Milch und Milchprodukte	Milch, Naturjoghurt, Buttermilch, Dickmilch, Kefir: max. 3,8% Fett absolut Speisequark: max. 5% Fett absolut jeweils ohne Zucker und Süßungsmittel Käse: max. 30% Fett absolut	mind. 8x
Fleisch, Wurst Fisch und Eier	mageres Muskelfleisch	max. 4x Fleisch/Wurstwaren davon: mind. 2x mageres Muskelfleisch 4x Fisch, davon mind. 2x fettreicher Fisch aus nicht überfischten Beständen
Öle und Fette	Rapsöl Lein-, Walnuss-, Soja-, Olivenöl Margarine aus den genannten Ölen	Rapsöl ist Standardfett
Getränke	Wasser, Früchte-, Kräutertee jeweils ohne Zucker und Süßungsmittel	Getränke jederzeit verfügbar

## 2. PRINZIPIELL PRODUKTE

### OHNE

- ▶ Geschmacksverstärker (auch Hefeextrakte),
- ▶ künstliche Aromen und
- ▶ Süßstoffe beziehungsweise
- ▶ Zuckeralkohole

### KEINE SPEISEN MIT

- ▶ Alkohol/Alkoholaromen als Zutat (z.B. Eierlikörkuchen oder Weincreme) und
- ▶ Formfleischerzeugnisse
- ▶ gentechnisch veränderte Lebensmittel sowie
- ▶ vitaminisierte Produkte.

### 3. SPEISEPLANUNG

- ▶ Ein ovo-lacto-vegetarisches Angebot ist täglich zu allen Mahlzeiten verfügbar
- ▶ Das saisonale Gemüse- und Obstangebot der eigenen Region ist berücksichtigt
- ▶ Einheimische Lebensmittel sind im Speiseplan bevorzugt
- ▶ Getreide, Getreideprodukte und Kartoffeln werden abwechslungsreich angeboten
- ▶ Frittiertes und /oder panierte Produkte werden maximal 4x in 20 Verpflegungstagen eingesetzt
- ▶ Industriell hergestellte Fleischersatzprodukte maximal 4x in 20 Verpflegungstagen im Angebot
- ▶ Getränke stehen jederzeit zur Verfügung
- ▶ Der Menü-Zyklus wiederholt sich frühestens nach vier Wochen
- ▶ Die Speisen sind bunt und abwechslungsreich zusammengestellt
- ▶ Bei Unverträglichkeiten wie Allergien ist die Teilnahme an den Mahlzeiten möglich
- ▶ Wünsche und Anregungen der Kinder sind in der Speiseplanung soweit wie möglich berücksichtigt
- ▶ Kulturspezifische, regionale und religiöse Essgewohnheiten sind in Planung berücksichtigt

### 4. EINSATZ VON CONVENIENCE-PRODUKTEN

- ▶ Produkte ohne Palm(kern)fett, -öl oder Kokosfett werden bevorzugt
- ▶ Unverarbeitete oder wenig verarbeitete Produkte wie frisches oder tiefgekühltes Gemüse und Obst, Fleisch oder Fisch, werden zur weiteren Verarbeitung vor Ort bevorzugt eingesetzt.
- ▶ Hoch verarbeitete Produkte werden immer mit gering verarbeiteten Lebensmitteln/Komponenten kombiniert oder ergänzt
- ▶ Produkte mit einem geringen Anteil an Zucker, Fett, gesättigten Fettsäuren und / oder Salz sowie einer geringen Energiedichte werden ausgewählt

### 5. GESTALTUNG DES SPEISEPLANS

- ▶ Der aktuelle Speiseplan ist allen im Vorfeld regelmäßig und barrierefrei zugänglich.
- ▶ Allergene sind gekennzeichnet oder es wird mündlich darüber informiert
- ▶ Die gesetzlichen Vorgaben zur Zusatzstoffkennzeichnungs-Verordnung, wie auch der aktuell umzusetzenden Kennzeichnung nach der Lebensmittel-Informationsverordnung werden berücksichtigt
- ▶ Die Speisen auf dem Speiseplan sind eindeutig bezeichnet. Nicht übliche und nicht eindeutige Bezeichnungen, beispielsweise „Raupenpudding“, sind erklärt, dazu zählen auch klassische Garnituren.
- ▶ Bei Fleisch und Fleischerzeugnissen ist die Tierart auf dem Speiseplan benannt.
- ▶ Beim Angebot mehrerer Menülinien sind diese übersichtlich dargestellt.
- ▶ Die Speisen der nährstoffoptimierten Menülinie (z.B. nach optiMIX zertifizierte Gerichte) sind im Speiseplan korrekt signalisiert und besonders hervorgehoben
- ▶ Der Speiseplan wird wöchentlich kindgerecht, beispielsweise in Bildform für die Tageseinrichtung, ausgehängt.

### 6. EINKAUF

- ▶ Ökologisch erzeugte Lebensmittel werden eingesetzt
- ▶ Wunsch: Mind. 20% Bio-Anteil
- ▶ Produkte aus fairem Handel werden verwendet
- ▶ Fisch wird aus bestandserhaltender Fischerei bezogen
- ▶ Fleisch aus artgerechter Tierhaltung ist im Angebot
- ▶ Lebensmittel mit umweltverträglichen Verpackungen werden bevorzugt
- ▶ First In – First Out (FIFO-Prinzip) wird angewendet

## 7. NÄHRSTOFFZUFUHR

Hinsichtlich der Nährwerte hat der Bewirtschafter die D-A-CH- Nährstoffreferenzwerte, gem. den Vorgaben der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V., Qualitätsstandards für die Schulverpflegung / Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder in der aktuellen Version zu berücksichtigen.

## 8. LEBENSMITTMENGEN

Bei der pro Mahlzeit ausgegebenen Lebensmittelmenge setzt der Caterer ebenfalls die Vorgaben der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V., Qualitätsstandards für die Schulverpflegung / Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder um. Allerdings sollte bei der Portionierung der Beilagen die Wünsche der Essensteilnehmer (vor allem in der Schulverpflegung) berücksichtigt werden. Das kann auch in Form eines Nachschlags (Beilagen ohne Fleisch-, Wurst- oder Fischkomponenten) erfolgen.

## 9. ZUBEREITUNG

- ▶ Für die Speisenherstellung liegen Rezepte mit Zubereitungshinweisen vor und werden umgesetzt.
- ▶ Zucker wird sparsam verwendet.
- ▶ Auf eine fettarme Zubereitung wird geachtet.
- ▶ Jodsalz wird verwendet, es wird sparsam gesalzen.
- ▶ Kräuter (frisch, tiefgekühlt, getrocknet) und Gewürze werden vielfältig eingesetzt
- ▶ Zum Würzen werden frische oder tiefgekühlte Kräuter bevorzugt.
- ▶ Für die Zubereitung von Gemüse und Kartoffeln werden fettarme und nährstofferhaltende Garmethoden (Dünsten, Dämpfen, Grillen) angewendet.
- ▶ Garzeiten werden so lange wie nötig und so kurz wie möglich gehalten
- ▶ Für die Portionierung der Speisen werden Portionierungshilfen (zum Beispiel ein Kellenplan) verwendet.
- ▶ Ressourceneffiziente Küchengeräte werden eingesetzt
- ▶ Einschaltzeiten der Geräte werden an die Betriebszeiten angepasst

## 10. WARMHALTEZEITEN / TEMPERATUREN / LIEFERBEDINGUNGEN

- ▶ Die Warmhaltezeit zubereiteter Speisen beträgt maximal drei Stunden.
- ▶ Die Lager-, Transport- und Ausgabetemperatur von kalten Speisen beträgt maximal 7 °C.
- ▶ Die Warmhalte-, Transport- und Ausgabetemperatur von warmen Speisen beträgt mindestens 65°C.  
Die individuelle Hitzeempfindlichkeit der Kinder in Bezug auf Speisen wird berücksichtigt.
- ▶ Die Anlieferung findet in Abstimmung mit der Einrichtung zu festgelegten Zeiten statt
- ▶ Die Abholung der Thermoporten findet in Abstimmung mit der Einrichtung statt
- ▶ Die Lieferung der Speisen erfolgt in Absprache mit der Einrichtung in entsprechendem Geschirr, so dass die Zwischenkühlung in der Einrichtung erfolgen bzw. die Essensausgabe ansprechend gestaltet werden kann.

## 11. AUSGABEKÜCHE

- ▶ Der Speiseplan aus den Ausgabeküchen ist identisch mit dem zertifizierten Speisewochenplan
- ▶ Informationsmöglichkeiten über den Hintergrund des zertifizierten Angebots sind vorhanden
- ▶ Arbeitsanweisungen zum Zubereiten bzw. Regenerieren von Speisekomponenten liegen in der Ausgabeküche vor
- ▶ Die Kinder werden bei der Speisenbestellung und -auswahl freundlich beraten. Dabei wird das Prinzip des Nudgings berücksichtigt
- ▶ Fragen zu einer vollwertigen Ernährung sowie zu Lebensmittelunverträglichkeiten werden beantwortet
- ▶ Pausenzeit beträgt 60 Minuten (+/-15 Minuten)
- ▶ Für die Ausgabe und Verzehr der Speisen steht ein gesonderter Raum zur Verfügung
- ▶ Das Ausgabepersonal ist freundlich und im Detail über das aktuelle Speiseangebot informiert

## 12. SENSORIK

### AUSSEHEN

- ▶ Alle Speisen werden appetitanregend präsentiert.
- ▶ Die für die einzelnen Lebensmittel typischen Farben bleiben erhalten.
- ▶ Die Farbzusammenstellung der Speisen auf dem Teller ist ansprechend.

### Geschmack

- ▶ Der für die Lebensmittel typische Geschmack bleibt erhalten.
- ▶ Die Speisenkomponenten sind abwechslungsreich mit Kräutern und Gewürzen abgeschmeckt.

### Konsistenz

- ▶ Gemüse, Teigwaren und Reis sind beim Verzehr möglichst bissfest.
- ▶ Kurzgebratenes ist knusprig beziehungsweise kross.
- ▶ Fleisch hat eine zarte Textur.

## 13. ENTSORGUNG

- ▶ Speiserückläufe werden getrennt nach Mahlzeiten und Komponenten erfasst und die Ergebnisse für die zukünftige Speiseplanung genutzt
- ▶ Unvermeidbare Abfälle werden zur Energiegewinnung bereitgestellt

## 14. VERPFLEGUNG VON KINDERN UNTER 3 JAHREN

**allgemeine Hygienevorschriften** in Tageseinrichtungen haben einen besonders hohen Stellenwert

### VERZICHT AUF

- ▶ Honig
- ▶ Kuhmilch als Trinkmilch, erst gegen Ende des ersten Lebensjahres
- ▶ Bei der Lebensmittelauswahl sind bis auf wenige Ausnahmen keine Einschränkungen erforderlich:
  - ▶ Blähende oder schwer verdauliche Lebensmittel, zum Beispiel Hülsenfrüchte wie Bohnen oder Gemüse wie Zwiebeln, werden schrittweise (über das Kindergartenjahr) eingeführt.
  - ▶ Scharfkantige oder sehr harte Lebensmittel sind für Kleinkinder schwierig zu kauen und können leicht verschluckt werden. Daher gibt es zum Beispiel kein Angebot von ganzen Nüssen oder scharf angebratenem Fleisch.
  - ▶ Um die Kaumuskulatur zu stärken, wird den Kindern Vollkornbrot mit Rinde, in kleine Stücke geschnitten, angeboten.

## 15. RECHTLICHE BESTIMMUNGEN

Der Caterer ist verpflichtet die für Hygiene, Lagerung, Fertigung, Transport und Ausgabe der Verpflegung sowie für das Personal geltenden einschlägigen Rechtsvorschriften und sonstigen Bestimmungen zu beachten und einzuhalten. Als Großhandelsbetrieb, der rohe tierische Produkte verarbeitet, muss er eine EU-Zulassung haben und die Anforderungen der Verordnung EG 853/2004 erfüllen.

Das entsprechend vorgeschriebene HACCP-Konzept muss in der Küche vorliegen und tagtäglich in der Praxis gelebt und umgesetzt werden. Dies ist vor allem im Bezug auf die Verpflegung der unter 3-Jährigen von besonderer Bedeutung.

Die SPI Unna ist berechtigt jederzeit Kontrollen, insbesondere hinsichtlich des HACCP-Konzeptes durchzuführen.

Weiterhin ist der Caterer verpflichtet der gesetzlich vorgeschriebenen Deklaration bzgl. Zusatzstoffen (Zusatzstoff-Zulassungsverordnung – ZzulV) und der Lebensmittel-Informationsverordnung ((LMIV) EU Nr. 1169/2011 (verbindlich ab 13. Dezember 2014)) auf dem Speiseplan nachzukommen.

## 16. QUALITÄTS- UND BESCHWERDEMANAGEMENT

- ▶ Der Caterer verfügt über ein internes Qualitätsmanagementsystem.
- ▶ Die Einrichtungen der SPI Unna erhalten bei Bedarf ein Mitspracherecht bei der Festlegung des Speisenangebots und beim Rahmenspeiseplan. Der Anbieter informiert fortlaufend über Änderungen im Angebot.
- ▶ Zur Akzeptanzförderung findet ein regelmäßiger Austausch (viermal pro Jahr) über die Mittagsverpflegung als Qualitätszirkel statt. Die Teilnahme des Bewirtschafters an den regelmäßigen Treffen ist verpflichtend.
- ▶ Das Küchenpersonal kommt in regelmäßigen Abständen (1x/ Monat) zur Essensausgabe in die Einrichtungen und erhält so direkte Rückmeldung der Essensteilnehmer.
- ▶ Über ein im Qualitätsmanagementsystem installiertes Rückmeldesystem werden Rückmeldungen über das Angebot der Mittagsverpflegung in der Tageseinrichtung / Schulverpflegung erfasst und fließen in die Speiseplangestaltung und Speisenherstellung ein (z.B. Rückmeldezettel, Fragebögen, etc.).
- ▶ Auf Anfrage finden in den jeweiligen Einrichtungen Probeessen für die Eltern / Erziehungsberechtigten der betreuten und versorgten Kinder oder des neu eingerichteten Mensaausschuss statt.

Quelle: DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen Kapitel 4  
<https://www.schuleplusessen.de/startseite/>