

„Gemeinsam essen“ in Vorarlberger Bildungseinrichtungen

Handbuch für die Gemeinschaftsverpflegung
in Kinderbetreuungseinrichtungen, Kindergärten,
Volks- und Mittelschulen



„Gemeinsam essen“ in Vorarlberger Bildungseinrichtungen

Das vorliegende Projekthandbuch entstand im Rahmen des Projektes „Gemeinsam essen“, das von Fachleuten der aks Gesundheitsbildung im Zeitraum von 2011 bis 2014 in sieben Gemeinden und deren Gemeinschaftsverpflegungseinrichtungen sowie in neun mittleren und höheren Schulen umgesetzt wurde. Es befasst sich, ergänzend zu den bereits vorhandenen Leitlinien [10, 11, 13], vorwiegend mit der Gemeinschaftsverpflegung in Kinderbetreuungseinrichtungen, Kindergärten, Volks- und Mittelschulen und sichert die aus aktueller Sicht wichtigsten Projekterfahrungen. Außerdem werden erprobte Methoden und Tools dargestellt, um die Übertragung bewährter Maßnahmen auf weitere Schulen und Betreuungseinrichtungen zu unterstützen.

Informationen über das Projekt „Gemeinsam essen“ finden Sie unter:

➔ www.aks.or.at/aks-angebote/gemeinsam-essen

Inhaltsverzeichnis

1	Gemeinsame Mahlzeiten in Kinderbetreuungseinrichtungen und Schulen	4
2	Atmosphäre im Essbereich	5
3	Verpflegungssysteme	6
4	Verpflegungsanbieter und Zuständigkeiten	7
5	Menüplanung	8
6	Information und Kommunikation	10
7	Gäste mit besonderen Ansprüchen	11
8	Mittagsbetreuung gestalten	12
9	Organisation und Schnittstellen-Management	14
10	Zusatzinformation	16
11	Überblick: Sachverhalte und bewährte Maßnahmen	20
12	Literatur	22

1 Gemeinsame Mahlzeiten in Kinderbetreuungs- einrichtungen und Schulen

Mit zunehmender außerfamiliärer Betreuung gewinnen Kinderbetreuungseinrichtungen und Schulen als Lebenswelten auch in Bezug auf die Mahlzeiten an Bedeutung. Immer mehr Verantwortliche erachten das gemeinsame Essen nicht nur als notwendige Abspeisung, sondern begreifen es als ein bedeutsames Lern- und Erfahrungsfeld für Heranwachsende. Denn gemeinsame Mahlzeiten in angenehmer Atmosphäre schaffen die Voraussetzung dafür, dass sich Kinder wohl fühlen, genießen lernen und sich umfassende Ernährungskompetenzen aneignen können [1]. Gemeinsames Essen stärkt Beziehungen und leistet bei guter Qualität des Angebotes und der Betreuung einen entscheidenden Beitrag zur Gesundheit und Chancengerechtigkeit.

1.1 Aktuelle Situation in Vorarlberg

In Vorarlberg besteht in 38 Prozent der Kindergärten, 47 Prozent der Volksschulen und 79 Prozent der Mittelschulen die Möglichkeit, an einem gemeinsamen Mittagessen teilzunehmen [2]. Von den, im Rahmen des aks-Projektes „Gemeinsam essen“, während der Mittagsbetreuung befragten Volksschulkindern (N=99) nimmt jedes vierte an fünf Tagen pro Woche am gemeinsamen Mittagstisch teil. 89 Prozent der Kinder essen gerne in der Mittagsbetreuung. Jedem zweiten Kind schmeckt das Essen gut bzw. sehr gut. Auffallend ist, dass es 72 Prozent der Volksschülerinnen bzw. -schüler beim Mittagessen zu laut ist [3].

Schülerinnen und Schüler aus mittleren und höheren Schulen essen durchschnittlich ein- bis zweimal wöchentlich in der Schule zu Mittag und decken sich zweimal wöchentlich mit Imbissen vom Schulkiosk ein. 38 Prozent der Befragten beurteilen das Speisenangebot als attraktiv, 46 Prozent schmeckt das angebotene Essen und 48 Prozent gefällt die Atmosphäre ihres Schulrestaurants. Dennoch isst nur jede dritte Schülerin bzw. jeder dritte Schüler gerne im Schulrestaurant (N=797). Unter anderem spielen gruppenspezifische Prozesse eine wesentliche Rolle, wenn es um die Entscheidung für oder gegen das Schulmittagessen geht [4].

1.2 Vielfältige Anforderungen

Für eine gesunde Entwicklung und zur Unterstützung der Leistungsfähigkeit fordern Eltern, Pädagoginnen und Pädagogen sowie Gesundheitsfachleute qualitativ hochwertige Mahlzeiten, abgestimmt auf die geschmacklichen Vorlieben und die ernährungsphysiologischen Bedürfnisse der jungen Essensgäste. Damit diese, Familienmahlzeiten in angemessener Form ersetzen und eine lustbetonte Geschmacksprägung stattfinden kann, sind Rahmenbedingungen wie Ambiente, geregelte Abläufe und persönliche Beziehungen ebenso wichtig. Wie sich in der Praxis zeigt, beeinflussen sie sogar das subjektive Geschmacksempfinden: Kindern, die ihre Köchin bzw. ihren Koch kennen, schmeckt das Essen besser. Ein Aspekt, der auch bei dezentraler Verpflegung berücksichtigt werden sollte.

1.3 Form des Essensangebotes

Gemeinsames Essen soll die natürliche Hunger-Sättigungs-Regulation unterstützen, raten Fachleute und empfehlen, dass sich Kinder und Jugendliche entweder im Cafeteria-System an der Essensausgabe selbst bedienen oder dass das Essen in Schüsseln zur Selbstbedienung am Tisch serviert wird [5]. Dies wird in zahlreichen Kinderbetreuungseinrichtungen und Kindergärten sowie in einzelnen Schulen sehr erfolgreich praktiziert. Im Großteil der Schulen wird Selbstbedienung jedoch aus organisatorischen, räumlichen, zeitlichen und hygienischen Gründen abgelehnt.

1.4 Rolle des Betreuungspersonals

Wenn es darum geht, Kindern gesunde Gerichte schmackhaft zu machen, spielen Ausgabepersonal und Betreuungspersonen eine zentrale Rolle in ihrer Funktion als Vorbilder und der Art und Weise, wie sie das Essen anbieten. Salate und rohes Gemüse kommen zu Beginn der Mahlzeit am besten an. Mit kleinen Kostproben kann das Interesse geweckt und die Akzeptanz neuer Essensangebote gefördert werden. Erst ein guter Mix aus wertschätzenden Beziehungen, klaren Regeln und Ritualen macht das Schulessen zu einem angenehmen Gemeinschaftserlebnis und ermöglicht eine nachhaltige, verantwortungsvolle und genussbetonte Ernährungsweise [6].

1.5 Stellenwert von gesundem Essen

Erfreulich ist, dass gesundes Essen mehr und mehr in pädagogische Konzepte von Kindergärten und Schulen Einzug hält. Inzwischen haben 88 Prozent der Vorarlberger Kindergärten „gesunde Jause“ als Schwerpunktthema in ihrem Konzept verankert [2]. Der Stellenwert der Mittagsmahlzeiten in Kindergärten und Schulen wird unter anderem in der Pausengestaltung und der dafür eingeräumten Zeit deutlich [5]. Durch gestaffelte Mittagspausen werden der Andrang an Schulbuffets und die Lärmbelastung in Speiseräumen reduziert. Um die Akzeptanz des gemeinsamen Schülermittagstisches zu steigern, sollten Schallschutz und Raumakustik speziell bei Neu- und Umbauten zukünftig stärker berücksichtigt werden [7].

2 Atmosphäre im Essbereich

Wo gegessen wird und wie die Atmosphäre beim Essen ist, hat einen entscheidenden Einfluss auf die Akzeptanz des gemeinsamen Mittagessens. Leider sind in vielen Einrichtungen Kinder und Betreuungspersonen durch den hohen Geräuschpegel in der Mittagsbetreuung sehr belastet.

2.1 Schalldämmung und Raumgestaltung

Schalldämmung mit einfachen Mitteln verbessert die Atmosphäre deutlich. Möglichkeiten sind beispielsweise:

- Dämmung an Decke und Wänden anbringen
- Vorhänge aufhängen
- Textile Raumteiler (Pinnwände) aufstellen
- Sitzsäcke mit Styroporkugeln zum Kuscheln nach dem Essen
- Filz- oder Kunststoffgleiter an Tisch- und Stuhlbeinen anbringen
- Sets oder Tischtücher auflegen
- Schallschluckende Dekoration anbringen

2.2 Tische und Stühle

Sich beim Essen zu unterhalten, ist durchaus erwünscht. Bei größeren Gruppen kann es dadurch jedoch unerträglich laut werden. Kleinere Tische für vier bis sechs Kinder statt langer Tafeln helfen mit, die Geräuschkulisse etwas einzudämmen, sofern die Kinder angehalten werden, sich nur mit ihren Tischnachbarn zu unterhalten. Auch wenn Sie gezielt nach schallschluckenden Ausstattungsgegenständen suchen, wählen Sie abwischbare Sessel ohne Stoffbezug.

2.3 Rituale und Regeln

Auch Rituale und klare Regeln tragen entscheidend zur Lärmreduktion bei. Konkrete Anregungen dazu bietet die Broschüre „Gemeinsam essen ... so geht's!“ [6].

2.4 Sitzordnung oder freie Platzwahl

Kinder bevorzugen es, ihren Sitzplatz selbst wählen zu dürfen. Lassen Sie dies zu, solange es ruhig abläuft. Führen Sie bei Streitigkeiten um Sitzplätze eine Sitzordnung ein und machen Sie klare Vorgaben, damit die Platzvergabe entspannt abläuft.

2.5 Gruppengröße

Wird die Gruppe der Essensgäste sehr groß, ergeben sich längere Wartezeiten und eine intensivere Lärmentwicklung. Durch Staffelung der Mittagspausen können die Gruppengrößen reduziert und ein zügiger Ablauf gewährleistet werden.

3 Verpflegungssysteme

3.1 Einzelküche bzw. Frischküche

Das Essen wird vor Ort zubereitet und anschließend serviert. Es gibt keine Zusammenarbeit mit anderen Küchen.

3.2 Zentralküche mit Finalküche

In einer größeren Zentralküche werden die Lebensmittel vorbereitet (z. B. Gemüse geschält, Salat gewaschen) und unempfindliche Speisen (z. B. Gulasch, Fleisch in Soße) zubereitet. Die Speisen werden dann warm oder gekühlt zur Finalküche geliefert. Dort werden sie fertig gestellt und durch empfindliche Komponenten ergänzt.

3.3 Zentralküche mit Warmanlieferung an Verteilerküche

In der Zentralküche erfolgt die komplette Vor- und Zubereitung der Speisen. Diese werden anschließend in Thermophoren zur Verteilerküche transportiert und ausgegeben. Um Qualitätsverluste zu vermeiden, sollte die Warmhaltephase so kurz wie möglich gehalten werden. Bei gestaffelten Essenszeiten, d. h. die Kinder und Jugendlichen kommen in mehreren Etappen zum Mittagessen, sind in der Verteilerküche Geräte zum Warmhalten erforderlich.

3.4 Kühlkostsystem

Das in Zentralküchen zubereitete Essen wird unmittelbar nach der Fertigstellung heruntergekühlt. Ohne Unterbrechung der Kühlkette ist es so bis zu fünf Tage haltbar. Es wird gekühlt transportiert und vor Ort in einem Spezialofen regeneriert.

3.5 Tiefkühlsystem

Die Speisen werden nach der Zubereitung bei Temperaturen von -40 °C schockgefroren und anschließend bei -18 °C gelagert. Vor Ort wird die Tiefkühlkost regeneriert und nach Möglichkeit durch zusätzliche Komponenten wie Salate, Milch- und Obstdesserts ergänzt.

4 Verpflegungsanbieter und Zuständigkeiten

4.1 Rollen in der Gemeinschaftsverpflegung

Die Verpflegung in Kinderbetreuungseinrichtungen, Kindergärten, Volks- und Vorarlberger Mittelschulen fällt in den Zuständigkeitsbereich der Gemeinden [8]. Das bedeutet, die Gemeinden vergeben den Auftrag an einen geeigneten Verpflegungsbetrieb, der die Mahlzeiten in seiner Einrichtung oder dezentral in den betreffenden Betreuungseinrichtungen, Kindergärten und Schulen anbietet. Auch die Mittagsbetreuung fällt in den Zuständigkeitsbereich der Gemeinden. In den meisten Fällen vergeben sie Aufträge an Kindergartenpädagoginnen bzw. -pädagogen, Lehrpersonen, den Verein Tagesbetreuung oder ähnliche Einrichtungen.

4.2 Anbieter der Gemeinschaftsverpflegung

In Vorarlberg stehen für die Gemeinschaftsverpflegung von Kindern und Jugendlichen unterschiedliche Anbieter zur Verfügung, wie z. B.:

- Seniorenheimküchen, die das Essen in ihren Einrichtungen als Frischverpflegung anbieten oder als Warmverpflegung zustellen
- Die Lebenshilfe Vorarlberg, die die Schulkioske in mittleren und höheren Schulen vorwiegend als Finalküchen betreibt oder direkt vor Ort kocht
- Die Caritas, die das Essen vorwiegend vor Ort zubereitet
- Die aqua mühle, die in ihren beiden Zentralküchen in Feldkirch und Dornbirn Gerichte frisch vorbereitet und diese vor Ort finalisiert
- Mama bringt's (Tochter der Firma Recheis), die das Essen in Dornbirn zubereitet und gekühlt anliefern; vor Ort wird es vom Betreuungspersonal erwärmt
- Private Köchinnen und Köche, Bäckereien usw.
- Firma Gourmet (St. Pölten), die tiefgekühlte Menüs liefert

4.3 Passenden Anbieter auswählen

Definieren Sie in Ihrer Arbeitsgruppe (in der beispielsweise die Schule, Eltern, Schülerinnen und Schüler sowie die Gemeinde vertreten sein sollten) Ihre Wünsche und Vorstellungen möglichst genau und vergleichen Sie diese mit den jeweiligen Angeboten. Beachten Sie bei der Wahl eines Verpflegungsanbieters, dass dieser entsprechend qualifiziert und bereit ist, ein gesundes Speisensortiment für Kinder und Jugendliche anzubieten und die strengen Hygienevorschriften (HACCP) einzuhalten. Nutzen Sie die Möglichkeit zu einem Probeessen, besichtigen Sie die Küche und vergewissern Sie sich, dass diese so ausgestattet ist, dass die Zubereitung gesunder, schmackhafter Speisen rationell und mit vertretbarem Zeitaufwand möglich ist. Lassen Sie sich Speisepläne und eine Rezeptmappe vorlegen. Rezepturen oder zumindest Zutatenlisten sind erforderlich, u. a. um die gesetzlich geforderte Allergeninformation bereitstellen zu können.

4.4 Schriftliche Vereinbarungen

Vereinbaren Sie mit dem Anbieter nicht nur den Preis und das Speisenangebot, sondern auch die Richtlinien, nach denen gekocht wird, die jährliche Teilnahme an einer einschlägigen Weiterbildungsveranstaltung und die aktive Mitarbeit in jährlich zwei Qualitätssicherungsworkshops, in denen sich das Küchen- und Ausgabepersonal mit Verantwortlichen der Schule, der Gemeinde und interessierten Eltern sowie Schulkindern austauscht. Unterstützung bei der Wahl eines geeigneten Verpflegungsanbieters erhalten Sie bei der aks Gesundheitsbildung und beim Landesschulrat.

5 Menüplanung

In der Kinderheit werden die Weichen für lebenslange Essgewohnheiten und einen gesunden Lebensstil gestellt. Daher gilt es, Speisepläne für Kinder und Jugendliche möglichst abwechslungsreich und bedarfsorientiert zu gestalten [9] und dabei auch regionale und saisonale Angebote zu berücksichtigen. Im Betrachtungszeitraum von einem Monat mit 20 Verpflegungstagen wird folgende Aufteilung empfohlen [10, 11]:

5.1 Gemüse und Salat

Kein Tag ohne Gemüse oder Salat lautet die Devise!

Gemüse mit Dip, Salat mit wechselnden Dressings oder Gemüse als Hauptgericht bzw. Beilage	täglich
Hülsenfrüchte: Erbsen, Bohnen, Linsen usw.	mind. 2 x

5.2 Fleisch

In vier Wochen soll höchstens 10mal Fleisch angeboten werden.

Fleischstücke: z. B. Rückensteak, Fleischspieß	max. 5 x
Fleisch in Soße: z. B. Geschnetzeltes, Gulasch, Hühnercurry, Soße Bolognese, Faschirtes, verarbeitete Fleischprodukte und Fleischerzeugnisse sowie Paniertes	max. 5 x
Gerichte aus Wurstwaren, Leberkäse, Nuggets, Wienerschnitzel ...	max. 1 x pro Woche

5.3 Fisch

Jede zweite Woche Fisch anbieten. Im Sinne der Nachhaltigkeit und der geringen Schadstoffbelastung sollten heimische Fische bevorzugt werden.

Fisch	mind. 2 x
-------	-----------

5.4 Stärkebeilagen

Stärkehaltige Beilagen sollen täglich angeboten werden.

Frische Kartoffeln	mind. 8 x
Hoch verarbeitete Kartoffelprodukte: Pommes, Kroketten, Rösti (Ecken, Thaler), Püree als Halbfertig- oder Fertigprodukt usw.	max. 4 x
Reis: vitaminschonend vorbehandelter (parboiled) Reis oder Naturreis	mind. 4 x
Vollkornnudeln	mind. 2 x

5.5 Fleischlose Gerichte

Auch in der klassischen Menüschiene wöchentlich zwei fleischlose Tage planen.

Ei-Gerichte (Omeletten, Palatschinken, Rühreier, Spiegeleier usw.)	max. 2 x
Süße Hauptgerichte (z. B. Buchteln mit Vanillesoße, Kaiserschmarren, Topfenauflauf, Zwetschkenknödel)	max. 2 x
Gerichte auf Basis von Kartoffeln, Getreideprodukten und Gemüse bzw. Rohkost (z. B. Vollkornspätzle mit Gemüse-Tomatensoße, Gemüselasagne, Pellkartoffeln mit Kräutertopfen und Gemüsesticks)	mind. 4 x

5.6 Desserts

Frisches Obst im Ganzen als Fruchtsalat oder frisch aufgeschnitten	täglich
Desserts aus Milchprodukten (Milch, Topfen, Joghurt), angereichert mit frischen Früchten (keine portionierten Fertigprodukte!)	2 x pro Woche

5.7 Ausgewogener Wochenspeiseplan

Achten Sie bei der Erstellung von Wochenspeiseplänen darauf, dass Sie keine fixen Wochentage für Fisch, Süßspeisen und dergleichen etablieren. Wechseln Sie die Angebote laufend, damit auch jene Essensgäste, die nur an einzelnen Tagen an der Gemeinschaftsverpflegung teilnehmen, von der Vielfalt profitieren! Bieten Sie an allen Tagen, an denen ein fleischhaltiges Gericht auf dem Speiseplan steht, eine Alternative für Vegetarier an!

Vegetarisch ist beliebt!

Ein Viertel der Schülerinnen und Schüler bevorzugt vegetarische Gerichte, wenn diese gut aussehen und gut schmecken. Klassische Mehlspeisen werden bei Schülerinnen und Schülern zusehends weniger beliebt und sind nur in Ausnahmefällen als vegetarische Alternative geschätzt. Da Kinder allgemein einen hohen Zuckerkonsum haben, ist es auch aus gesundheitlicher Sicht zu begrüßen, wenn nur selten süße Mehlspeisen auf dem Speiseplan stehen. Bieten Sie Süßspeisen maximal zweimal monatlich an und servieren Sie vorher Gemüse mit Dip, einen Salatteller oder eine Gemüsesuppe!

Speiseplan für eine Woche

Fleischgericht	1 x
Vegetarisches Gericht	1 bis 2 x
Fleischmischgericht (z. B. Auflauf, Fleisch-Gemüse-Curry, Lasagne mit Fleisch und Gemüse)	1 bis 2 x
Fischgericht	14 tägig
Lieblingsspeise der Woche (z. B. Liste mit Vorschlägen – süß und pikant – erstellen und jede Woche eine andere Klasse auswählen lassen)	1x (mind. 14-tägig)
Gemüse mit Dip oder Salat	mind. 3 x
Obst oder Obstdessert	3 x

5.8 Menükomponentenanalyse

Wie häufig die jeweiligen Komponenten im vierwöchigen Speiseplan vorkommen, lässt sich in der Praxis leicht mit der im Projekt entwickelten und erprobten Menükomponentenanalyse feststellen. Auf dieser Basis können die erforderlichen Anpassungen rasch durchgeführt werden. Das Analyse-Tool steht auf der aks Website zur Verfügung: www.aks.or.at/aks-angebote/gemeinsam-essen

Kriterium	Menükomponente lt. Speiseplan	1. Woche	2. Woche	3. Woche	4. Woche	Summe	Empfehlung	Bewertung
1	Gemüse, Hülsenfrüchte, Rohkost und Salat					0	20	Empfehlung nicht erreicht, es sollte täglich Gemüse oder Rohkost/Salat auf dem Speiseplan stehen, da Gemüse reich an Vitaminen und Mineralstoffen ist
1a	davon Rohkost oder Salat					0	8	Empfehlung nicht erreicht, es wird zu wenig Salat und Rohkost angeboten, insbesondere rohes Gemüse ist reich an Vitaminen und Ballaststoffe
2	Milch und Milchprodukte					0	4	Empfehlung nicht erreicht, Milch und Milchprodukte sind reich an Calcium, Kinder und Jugendliche im Wachstum haben einen erhöhten Calciumbedarf
3	Fleisch					0	10	Empfehlung erreicht
3a	davon Fleischerzeugnisse inkl. Wurstwaren					0	4	Empfehlung erreicht
4	Fisch					0	2	Empfehlung nicht erreicht, es wird zu wenig Fisch angeboten
5	Stärkekomponenten: Kartoffeln, Reis, Teigwaren und andere Getreideprodukte					0	20	Empfehlung nicht erreicht, es sollte täglich eine Stärkekomponente als Sättigungsbeilage angeboten werden
5a	davon Vollkornprodukte					0	4	Empfehlung nicht erreicht, es werden zu wenig Vollkornprodukte angeboten, Vollkornprodukte sind reich an Ballaststoffen
5b	davon Kartoffelerzeugnisse					0	4	Empfehlung erreicht
6	Vegetarische Gerichte					0	6	Empfehlung nicht erreicht, es werden zu wenig vegetarische Gerichte angeboten
6a	davon Ei-Gerichte					0	2	Empfehlung erreicht
7	Süße Hauptgerichte					0	2	Empfehlung erreicht
8	frittierte und/oder panierte Produkte					0	4	Empfehlung erreicht

6 Information und Kommunikation

„Was gibt's zu essen?“ – ein Thema das alle interessiert. Jugendliche informieren sich im Internet über den Speiseplan, Eltern recherchieren ebenfalls im Netz oder lesen ihn beim Schuleingang, jüngere Kinder fragen meist beim Betreuungspersonal nach. Handelt es sich um bekannte und beliebte Gerichte, so sind Freude und Erwartungshaltung üblicherweise groß. Manchmal beginnt jedoch auch das große Rätselraten: Worum handelt es sich bei der „Tagessuppe“? Was steckt drin? Unbekanntes und Ungewisses erzeugt bei vielen Kindern Unbehagen. Sie gehen auf „Nummer Sicher“ und probieren erst gar nicht.

Leider weiß auch das Betreuungspersonal nicht immer, was sich hinter Bezeichnungen wie Pesto genovese, Jägerschnitzel oder Tagessuppe verbirgt und kann den Kindern keine kompetente Auskunft darüber geben, was in den Gerichten steckt. Das Küchenpersonal ist daher gefordert, einen Speiseplan mit verständlichen Erklärungen zu liefern.

6.1 Kreative Bezeichnungen der Gerichte

Es ist durchaus legitim, sich von der Gastronomie oder von Fast-Food-Ketten etwas abzuschauen. Bei kleinen Gästen locken nach wie vor Schneewittchen- und Wickie-Teller und bei älteren Burger & Co. Wichtig ist jedoch immer eine zusätzliche Beschreibung aus der eindeutig hervorgeht, welches Fleisch und welche Beilagen angeboten werden.

6.2 Menüplan

Der aktuelle Speise- oder Menüplan ist für die Essensgäste deutlich sichtbar aufzuhängen. Dabei sind folgende Aspekte zu berücksichtigen:

- Fleisch und Fleischerzeugnisse sowie die Tierart, von der sie stammen, sind auf dem Speiseplan kenntlich zu machen. Bei Gerichten mit Schweinefleisch ist eine Alternative anzubieten [10].
- Information über Inhaltsstoffe gemäß Allergeninformationsverordnung muss zur Verfügung stehen [12].
- Sprachlich ist der Speiseplan klar und einfach zu gestalten. Nicht übliche bzw. nicht eindeutige Bezeichnungen sind zu erklären, ebenso wie klassische Garnituren, z. B. „Jäger Art“ (mit Pilzen in Rahmsauce).
- Bei der Speisenplanung sind Schülerinnen und Schüler in geeigneter Form einzubeziehen. Dazu bieten sich u.a. regelmäßige Befragungen anhand standardisierter Fragebögen, ein „Briefkasten“ für laufende Rückmeldungen, Diskussionsrunden und ein Austausch zwischen Küchenpersonal und den Essensgästen an [10].



7 Gäste mit besonderen Ansprüchen

Auch ein ausgewogener Speiseplan ist aus gesundheitlicher Sicht nicht für alle Kinder ausreichend. Wer an Allergien und Unverträglichkeiten leidet, braucht eine zuverlässige Information über Allergieauslöser, um am gemeinsamen Essen teilnehmen zu können.

7.1 Allergien und Unverträglichkeiten

Gemeinsam essen trotz Allergien oder Unverträglichkeiten wird mit der gesetzlich verpflichtenden Information über Hauptallergene erleichtert [12]. Bei dezentraler Essensausgabe muss sie in schriftlicher Form auf dem Menüplan erfolgen oder es muss immer eine geschulte Person, die auf schriftliche Information zurückgreifen kann, vor Ort sein.

Für Kinder, die aus medizinischen Gründen spezielle Diäten einhalten müssen und das angebotene Essen nicht verzehren dürfen, soll die Voraussetzung geschaffen werden, mitgebrachtes Essen vor Ort aufzuwärmen.

7.2 Heikle Kinder

Was in den Familien der Kinder regelmäßig gegessen wird, mögen die Kinder üblicherweise auch. Da der Speiseplan einiger Haushalte wesentlich von jenem in der Gemeinschaftsverpflegung abweicht, haben wir es auch immer öfter mit sehr heiklen Kindern zu tun, die sich erst langsam an neue Gerichte herantasten müssen.

Üben Sie nie Druck oder Zwang aus, wenn Kinder nichts essen wollen. Bleiben Sie ruhig und freundlich und bieten Sie eine kleine Portion an, z. B. auf einem kleinen Teller. Wiederholen Sie diese Geste bei Bedarf. Achten Sie darauf, dass Kinder, die generell sehr wenig essen, vor oder während der Mahlzeit nicht zu viel trinken und damit den Hunger bremsen.

Wenn Kinder wiederholt nicht essen wollen, suchen Sie das Gespräch mit den Eltern. Weitere Information dazu finden Sie in „Gemeinsam essen ... so geht's!“ [6].

7.3 Mitgebrachte Mittagsimbisse

Wie sich in der Praxis zeigt, bewährt es sich nicht, wenn ein Teil der Kinder lediglich an der Mittagsbetreuung, doch nicht am gemeinsamen Mittagessen teilnimmt. Die überwiegend unterwegs besorgten Imbisse werden den Anforderungen einer gesunden Ernährung nur in den seltensten Fällen gerecht. Außerdem wecken Jugendliche mit Junk-Food und Süßigkeiten gezielt das Interesse der anderen und verleiten diese dazu, die Qualität und den Geschmack des gemeinsamen Mittagessens in Frage zu stellen und ihre Eltern ebenfalls davon zu überzeugen, sich auch unterwegs mit Speisen und Getränken eindecken zu dürfen.

Bieten Sie daher Mittagsbetreuung und Mittagessen für alle nur in Kombination an. Einige Gemeinden gewähren besonders einkommensschwachen Familien eine zusätzliche finanzielle Unterstützung für das Kindergarten- oder Schulesse.

8 Mittagsbetreuung gestalten

Die Mittagsbetreuerinnen und -betreuer spielen eine entscheidende Rolle, wie das Essen bei den Kindern ankommt. Gelingt es ihnen für eine entspannte Atmosphäre zu sorgen, in der sich die Kinder wohl fühlen, schmeckt das Essen gleich doppelt so gut. Sagt das Essen den Betreuungspersonen geschmacklich und optisch zu, so spüren das die Kinder und essen lieber.

8.1 Gute Beziehungen – gutes Essen

Persönliche Beziehungen sind im Zusammenhang mit dem gemeinsamen Essen keinesfalls zu unterschätzen. Kennen sich Küchen- und Betreuungspersonal persönlich, steigert das das gegenseitige Verständnis und die Zufriedenheit mit dem Essensangebot. Erfolgreich sind gemeinsame Workshops der Mittagsbetreuerinnen bzw. -betreuer mit dem Küchenpersonal, die ein Kennenlernen ermöglichen und den Austausch unterstützen.

Dass Vertrauen eine wichtige Voraussetzung für Genuss ist, konnten wir auch bei den Kindern beobachten: Kindern schmeckt das Essen besser, wenn sie ihre Köchin bzw. ihren Koch kennen. Es bewährt sich auch bei dezentraler Essensausgabe, wenn sich das Küchenpersonal im Zuge der Mittagsbetreuung vorstellt und einmal pro Semester bei der Essensausgabe dabei ist. Lässt sich das zeitlich gar nicht einrichten, so kann ein Kennenlernen auch im Rahmen eines kleinen Kochkurses am Nachmittag erfolgen (z. B. Milchmixgetränke oder Obstsalat gemeinsam zubereiten und genießen).

8.2 Buffet oder Service am Tisch

Für immer mehr Kinder ist das Essen in der Mittagsbetreuung regelmäßig Ersatz für gemeinsame Familienmahlzeiten. Fördern Sie daher die Selbständigkeit der Kinder. Das ermöglicht Ihnen, sich während der Mahlzeit zu den Kindern an den Tisch zu setzen und gemeinsam zu essen. So schaffen Sie eine Atmosphäre, die jener zu Hause ähnlich ist. Das erhöht das Wohlbefinden bei den Kindern und stärkt die Beziehungen [6].

- Gestalten Sie das Buffet so, dass sich die Kinder selbst bedienen können. Sollten warme Gerichte vom Personal ausgegeben werden, ermöglichen Sie den Kindern, sich den Salat selbst zu nehmen, oder stellen Sie das Essen in Schüsseln auf den Tisch, damit sich die Kinder selbst am Tisch bedienen können.
- Lassen Sie die Kinder ihr gebrauchtes Geschirr und Gedeck abräumen. Speisereste können sie mit einer Teigkarte in einen Abfallbehälter schieben und das Geschirr fachgerecht stapeln.
- Teilen Sie Kinder für Dienste wie z. B. Tischkärtchen einsammeln, Tische reinigen oder zusammenkehren ein. Erstellen Sie dafür einen Plan und geben Sie den Kindern eine Merkhilfe. Das kann beispielsweise eine Auftragskarte oder eine bunte Holzklammer, die ans Tischkärtchen gesteckt wird, sein.
- Zeigen Sie den Kindern ganz genau, was Sie von ihnen erwarten und geben Sie nur bei Bedarf Hilfestellung.
- Gehen Sie immer als gutes Vorbild voran. Essen Sie ausschließlich am Tisch und nicht nebenbei im Stehen.

8.3 Getränkeangebot

Stellen Sie bei allen Mahlzeiten Wasserkrüge und Gläser auf den Tisch! Bieten Sie täglich Wasser und auf Wunsch einmal pro Woche – an wechselnden Wochentagen – einen gespritzten Fruchtsaft an. Verwenden Sie dazu 100 Prozent Fruchtsaft und verdünnen Sie diesen mit zwei Teilen Wasser. Täglich Fruchtsäfte oder Verdünnungssäfte anzubieten ist nicht empfehlenswert.

Getränkeempfehlungen für Schulen [9]

Trinkwasser, Mineralwasser, ungesüßte Früchte- und Kräutertees	täglich
Limonaden, Cola, Fruchtnektar, Fruchtsaftgetränke (Verdünnungssäfte), Energy-Drinks, Isotonische Getränke, Near-Water-Getränke mit künstlichen Aromen und hohem Energiegehalt	nicht anbieten

8.4 Bekanntes lockt

„Das Auge isst mit“, das gilt für Kinder genauso wie für Erwachsene. Mit ein paar kleinen Tricks lässt sich das Mittagessen optisch einfach aufbessern und kommt damit doppelt so gut an. Was Kinder kennen, essen sie lieber. Auch eine kleine Garnitur oder das Portionieren mit dem Eisschöpfer kann als Lockmittel fungieren. Probieren Sie es einfach aus!

- Suppen mit Schnittlauchröllchen, gerösteten Brotstückchen oder ein paar „Knusperfischchen“ bestreuen.
- Soßen, die durch Transport- und Stehzeiten oben abtrocknen oder deren Phasen sich trennen, vor dem Servieren mit einem Schneebesen oder Pürierstab aufschäumen.
- Polenta und andere kompakte Beilagen mit dem Eisschöpfer portionieren.
- Topfencreme oder Apfelmus mit ein paar Honigpops oder Schoko-Spänen dekorieren.

8.5 So kommen Salat und Gemüse an

Bieten Sie Salat und Gemüse ganz selbstverständlich an. Fragen Sie nicht „Wer mag Salat?“, denn es werden nur wenige Kinder antworten. Reichen Sie den Salat zu Beginn der Mahlzeit – bevor andere Menübestandteile angeboten werden – so essen nach und nach fast alle Kinder davon. Bieten Sie keine anderen Speisen an, solange die Vorspeise verzehrt wird. Beginnen Sie erst danach das Hauptgericht auszugeben.

Kinder essen erfahrungsgemäß gerne rohes Gemüse mit Dip. Bei gegartem Gemüse wird es manchmal schwieriger, vor allem, wenn es besonders weich ist. Bitten Sie das Küchenteam gegebenenfalls das Gemüse vor dem Transport nicht fertig, sondern nur ganz kurz zu garen, damit es knackig bleibt. Kinder in der Mittagsbetreuung essen gerne Salat und rohes Gemüse, wenn diese Menükomponenten vor den weiteren Gängen angeboten werden.

8.6 Chance für heikle Kinder

Neue Lebensmittel und Speisen schmecken meist nicht gleich beim ersten oder zweiten Mal. Damit sich etwas zu einer Lieblingsspeise entwickeln kann, müssen wir ein Gericht öfter, doch nicht zu häufig essen. Außerdem verändern sich geschmackliche Vorlieben im Laufe der Zeit.

- Es zeigt sich immer wieder, dass Kinder in der Gemeinschaft mit Gleichaltrigen Speisen ganz selbstverständlich verzehren, die sie zuhause nicht probieren.
- Bieten Sie allen Kindern die Chance, auf den Geschmack zu kommen und ermuntern Sie zurückhaltende Kinder, eine winzige Portion zu probieren. Was gestern noch nicht geschmeckt hat, kann vielleicht heute schon schmecken. Ein Versuch lohnt sich in jedem Fall! →

- Beachten Sie heikle Kinder im Zuge der Mahlzeiten nicht übermäßig. Das bestärkt sie in ihrem Tun. Schenken Sie ihnen dafür bei anderer Gelegenheit besondere Aufmerksamkeit.
- Vermeiden Sie langes Zureden. Es erzeugt meist Gegenwehr.
- Kleine Teller und die Möglichkeit sich selbst zu bedienen, fördern die Lust zu probieren.

9 Organisation und Schnittstellen-Management

Kommunikation als Schlüssel zum Erfolg

Bei der Begleitung der Küchenteams und der Mittagsbetreuerinnen und -betreuer stellen wir immer wieder fest, dass Unzufriedenheit mit dem Essensangebot oft auf fehlende Information oder unzureichende Kommunikation zurückzuführen ist.

9.1 An- und Abmeldungen

Regeln Sie An- und Abmeldungen so gut organisiert wie möglich und dennoch so flexibel wie nötig! Ein hoher Grad an Unzufriedenheit entsteht durch großzügig gehandhabte An- und Abmelderegeln, die einerseits den Eltern großes Entgegenkommen signalisieren, andererseits vom Küchenpersonal höchste Flexibilität erwarten und enormen Druck erzeugen.

Eine fixe Essensanmeldung an bestimmten Tagen für die Dauer des gesamten Schuljahres erleichtert dem Küchenteam und den Betreuungspersonen die Planung und den Organisationsaufwand enorm. Informieren Sie die Eltern darüber und schaffen Sie eventuell auch einen Anreiz über den Preis, der bei einer Jahresanmeldung mit monatlicher Abbuchung stärker gestützt wird.

Definieren Sie gemeinsam mit dem Küchenpersonal, bis zu welchem Termin zusätzliche Anmeldungen oder eventuell krankheitsbedingte Abmeldungen möglich sind.

9.2 Bestellungen und Auslieferung

Achten Sie darauf, dass geeignete Behälter zur Verfügung stehen, die einen gefahrlosen Transport der heißen und kalten Menükomponenten ermöglichen. Die Behälter dürfen nicht überfüllt werden, damit Sie beim Öffnen nicht überschwappen oder heiße Flüssigkeit herausspritzt. Beachten Sie bei steigenden Essenszahlen, dass dadurch größere Transportbehälter erforderlich werden.

In der Praxis erlebten wir mehrfach ein Rätseln „Was wurde genau bestellt?“ und „Wie viele Portionen wurden wovon geliefert?“. Vermeiden Sie Verwirrung, indem Sie unmissverständliche Bestellscheine ausstellen und Lieferscheine mit Angaben der Portionen und der Portionsgröße (z. B.: 1 Portion = 1 ½ Schöpfer Suppe, 1 Stück Fleisch, 2 Kartoffeln usw.) mitschicken. Denn es entsteht rasch Unzufriedenheit, wenn nicht alle Kinder eine Portion ihrer Lieblingsspeise erhalten. Müssen die Betreuungspersonen die Portionsgröße selbst einschätzen, gehen sie oft auf Nummer Sicher und geben auch jenen Kindern, die sich mehr wünschen, nur halbe Portionen (z. B. ein halbes Schnitzel) und ziehen damit Unmut auf sich oder auf das Küchenpersonal, das vermeintlich zu wenig gekocht hat.

9.3 Bezahlwesen

Organisieren Sie die Bezahlung nach Möglichkeit so, dass nicht täglich Geld eingesammelt werden muss, sondern die Bezahlung der Mahlzeiten per Überweisung direkt durch die Eltern erfolgt. Barbezahlung kann fallweise bei kurzfristigen Essensanmeldungen erfolgen. Werden Speisen und Getränke im Cafeteria-System angeboten, bewähren sich für eine rasche Abwicklung der Bezahlung Chip-Karten, auf die die Schülerinnen und Schüler bzw. deren Eltern einen entsprechenden Betrag für die Mittagsmahlzeiten buchen.

9.4 Rückmeldungen vermeiden Lebensmittel im Müll

Bei dezentraler Essensausgabe erhält das Küchenpersonal nur selten Rückmeldungen, wie die Speisen bei den Essensgästen ankommen. Wie wir in der Praxis gesehen haben, landen zum Teil große Mengen nicht verzehrter Lebensmittel im Müll. In vielen Fällen weiß das Küchenpersonal nicht, was verzehrt und was regelmäßig entsorgt wird, da die Transportbehälter geleert und gereinigt abgeholt werden.

Bei den üblichen Kontakten zwischen Küchen- und Betreuungspersonal geht es oft um kurzfristige An- und Abmeldungen sowie um Beschwerden. Im Sinne der Qualitätssicherung gilt es daher, eine stabile Kommunikationsstruktur aufzubauen, bei der insbesondere durch positive Rückmeldungen die Beziehungsebene gestärkt wird. Denn gute persönliche Kontakte sowie der Einsatz von Rückmeldebogen sorgen für einen reibungslosen Ablauf und vermeiden Lebensmittel im Müll.

Rückmeldebogen Mittagessen

Speiseplan der Woche:




Institution:

Betreuerinnen:

	Vorspeise				Hauptspeise				Dessert			
Montag	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Aussehen (1= sehr attraktiv, 2 = ansprechend, 3 = in Ordnung, 4 = wenig zufriedenstellend)	<input type="checkbox"/>											
Geruch (1= sehr attraktiv, 2 = ansprechend, 3 = in Ordnung, 4 = wenig zufriedenstellend)	<input type="checkbox"/>											
Menge (1= genau richtig, 2= relativ gut bemessen, 3= zu viel, 4= zu wenig)	<input type="checkbox"/>											
Portionierbarkeit (1= sehr gut, 2= gut, 3= zufriedenstellend, 4= nicht zufriedenstellend)	<input type="checkbox"/>											
Essbarkeit/Größe der Zutaten: (1= sehr gut, 2= gut, 3= zufriedenstellend, 4= nicht zufriedenstellend)	<input type="checkbox"/>											
Schärfe (1= genau richtig, 2= akzeptabel, 3= ein wenig zu scharf, 4= viel zu scharf)	<input type="checkbox"/>											
Salzgehalt (1= genau richtig, 2= akzeptabel, 3= ein wenig zu salzig, 4= viel zu salzig)	<input type="checkbox"/>											
Beliebtheit bei den Kindern (1= sehr beliebt, 2= beliebt, 3=weniger beliebt, 4= unbeliebt)	<input type="checkbox"/>											
Bemerkungen												

Besondere Wertschätzung erfährt das Küchenpersonal in zahlreichen Einrichtungen auch durch Dankeskärtchen, die die jungen Essensgäste gestalten und unterschreiben, wenn ihnen etwas besonders geschmeckt hat. Es bewährt sich auch ein Gästebuch, in das die Kinder wertschätzende Kommentare schreiben oder Bilder zeichnen dürfen, das in regelmäßigen Abständen dem Küchenpersonal gezeigt wird.

10 Zusatzinformation

10.1 Richtlinien für Schulrestaurants und Schulkioske

Für das Speisen- und Getränkeangebot in mittleren und höheren Schulen liegen folgende Richtlinien vor:

- „Leitlinie für die Gemeinschaftsverpflegung von Kindern und Jugendlichen“ [10]. Sie ist Bestandteil der Verträge, die der Landesschulrat mit den Verpflegungsanbietern mittlerer und höherer Schulen abschließt.
- Leitlinie Schulbuffet des Bundesministeriums für Gesundheit [13].

Erfahrungen aus dem Projekt „Gemeinsam essen“ kurz gefasst

Das Angebot wurde in allen Schulen gesundheitsbewusster und attraktiver gestaltet. Die Nachfrage nach den Mittagsgerichten hat sich im Laufe des Projektes mehr als verdoppelt und der Umsatz ist in allen betreuten Schulkantinen deutlich angestiegen. Bei der Umsetzung bewährte es sich, Betroffene zu Beteiligten zu machen und insbesondere Schülerinnen und Schüler über die Zusammenhänge zwischen Essverhalten und Leistungsfähigkeit zu informieren und in die Sortimentsgestaltung ihres Schulrestaurants zu involvieren.

- Schülerinnen und Schüler im Alter von 14 bis 16 Jahren für die Kantine neu zu begeistern ist relativ schwierig. Ihr Freiheitsdrang überwiegt in den meisten Fällen. Leichter gelingt es wieder bei den 16- bis 18-Jährigen, die teilweise wieder ein höheres Gesundheitsbewusstsein an den Tag legen und das Essen in der Schule bequem finden.
- Mittagsgerichte, bestehend aus einem Tagesteller mit Suppe oder Salat oder Dessert, müssen unter 5 Euro angepriesen werden, damit sie neben Angeboten in der Umgebung der Schule attraktiv bleiben.
- Wie Lehrpersonen beobachteten, bleiben Schülerinnen und Schüler in den meisten Fällen treue Gäste des Schulrestaurants, wenn sie in den ersten zwei Schulmonaten dafür begeistert werden können. Ein Gutschein für ein Mittagessen, den alle Schülerinnen und Schüler als Einstandsgeschenk vom Elternverein oder dem Verpflegungsanbieter erhalten, lockt neue Gäste, das Schulessen auszuprobieren.
- Schülerinnen und Schüler essen gerne gesund, wenn das Essen schmeckt, die Darbietungsform attraktiv ist und der Preis aus ihrer Sicht stimmt.
- Jugendliche legen Wert auf Hygiene und wollen als Gäste behandelt werden.
- Gravierende Veränderungen des Angebotes (Preisanpassungen, Reduktion des Angebotes an Süßigkeiten und süßen Getränken) werden am besten akzeptiert, wenn diese über die Sommerferien vorgenommen werden.
- Gesunde Angebote werden geschätzt: Vier von fünf Schülerinnen und Schülern ist der gesundheitliche Wert der angebotenen Speisen wichtig bzw. sehr wichtig.

10.2 Pausenregelungen in Volksschulen

Durch die Trennung von Ess- und Bewegungspausen wird sowohl dem Bedürfnis nach Essen und Trinken, als auch dem Bewegungsdrang von Kindern in idealer Weise Rechnung getragen [9].

Empfehlung:

- Pro Schulvormittag zwei Pausen von je 10 bis 15 Minuten einplanen
- Diese Pausen als Bewegungspausen sehen
- Kinder vor den Bewegungspausen essen lassen

Weitere Information dazu bieten die Empfehlungen der KIG 2-Projektpartner „Essen & Trinken in Schulen“ [9].

10.3 Kindergarten- und Schulobst

Bieten Sie in jeder Pause frisches Obst an [13]. Wenn Sie in Kindergärten und Schulen zusätzlich zum Mittagessen Obst und Gemüse für Kinder zur Verfügung stellen, erhalten Sie dafür von der EU derzeit eine Förderung von 75 Prozent der Nettokosten.

Eckdaten der Vorgangsweise kurz zusammengefasst:

- Lieferanten ausfindig machen und verbindliches Angebot (mit Angabe des Nettopreises) einholen.
- Mengen berechnen (basierend auf Zahl der Schulklassen, z. B. 5 kg Äpfel wöchentlich pro Schulklasse).
- Antragstellung: Produkt- und Preisliste sowie die Beilage zur Produkt- und Preisliste ausfüllen.
- Finanzierung regeln: 25 Prozent der Nettokosten + gesamte MwSt. z. B. durch Schülerinnen und Schüler, Elternverein oder Sponsoren finanzieren und dokumentieren. Achtung: Wird mehr eingenommen, so wird die Förderung gekürzt!
- Abrechnung am Ende der Schulobstaktion: Beihilfe-Antrag ausfüllen, gesammelte Rechnungen (sie müssen an den Antragsteller adressiert und 10 Prozent MwSt. muss ausgewiesen sein) sowie die Lieferscheine oder eine unterzeichnete, abgestempelte Lieferbestätigung an die AMA senden.

Die entsprechenden Anträge und Listen sowie detaillierte Information dazu finden Sie unter www.ama.at.

10.4 Qualitätssicherung und Beratung

- Beziehen Sie Ihre Essensgäste mit ein. Mittels Befragungen erhalten Sie wertvolle Hinweise. Einfache Fragebogen für Kinder zum „Essen in der Mittagsbetreuung“ stehen auf den folgenden Seiten sowie auf der aks-Website zur Verfügung: www.aks.or.at/aks-angebote/gemeinsam-essen
- Richten Sie einen Qualitätszirkel ein, in dem das Küchenpersonal, Mittagsbetreuerinnen bzw. -betreuer, Eltern, Schulkinder, Schule sowie die Gemeinde vertreten sind. Sich mindestens einmal pro Schuljahr zu treffen, die aktuelle Situation sachlich zu beleuchten und gemeinsam Verbesserungsmöglichkeiten auszuloten, schafft Verständnis und erhöht die Zufriedenheit. Unterstützung dazu bieten die aks Gesundheitsbildung (gesundheitsbildung@aks.or.at) und die Fachinspektorin für den Bereich Haushalt und Ernährung beim Landesschulrat.



Essen in der Mittagsbetreuung

Deine Meinung ist uns wichtig! Gib bitte an, wie das meistens bei dir ist!

Wie oft pro Woche isst du in der Mittagsbetreuung?

1mal 2mal 3mal 4mal 5mal

Isst du gerne in der Mittagsbetreuung? ja nein

Wie schmeckt dir das Mittagessen? 😊 😐 ☹️

Wie sieht das Mittagessen aus? 😊 😐 ☹️

Wirst du vom Mittagessen satt? ja nein

Hast du genügend Zeit zum Essen? ja nein

Fühlst du dich im Essraum wohl? ja nein

Ist es dir beim Essen zu laut? ja nein

Wie gefällt dir dein Essplatz? 😊 😐 ☹️

Wie nett findest du die Betreuungspersonen? 😊 😐 ☹️

Wie gerne isst du die folgenden Speisen?

Salat 😊 😐 ☹️

Suppe 😊 😐 ☹️

Rohes Gemüse 😊 😐 ☹️

Gekochtes Gemüse 😊 😐 ☹️

Nudeln 😊 😐 ☹️

Fleisch 😊 😐 ☹️

Fisch 😊 😐 ☹️

Früchte 😊 😐 ☹️

Was isst du besonders gerne in der Mittagsbetreuung?

.....

Was isst du nicht gerne in der Mittagsbetreuung?

.....

Ich bin ein Mädchen Bub

Wie alt bist du? Jahre

Danke, dass du den Fragebogen ausgefüllt hast!

11 Überblick: Sachverhalte und bewährte Maßnahmen

Sachverhalt

72 Prozent der Volksschulkinder ist es beim Mittagessen zu laut [3].



Ein Viertel der Schülerinnen und Schüler bevorzugt vegetarische Gerichte, wenn diese gut aussehen und gut schmecken. Doch außer Süßspeisen werden kaum vegetarische Gerichte angeboten.



Bei dezentraler Verpflegung erfährt das Küchenpersonal häufig nicht, was verzehrt und was regelmäßig entsorgt wird, da die Transportbehälter geleert und gereinigt abgeholt werden.



Kommunikationsprobleme verursachen Unzufriedenheit mit dem Mittagsangebot. Mittagsbetreuerinnen und Küchenpersonal kennen sich in vielen Gemeinden nicht.



Kinder sind heikel oder unzufrieden mit dem Essen.



Das Betreuungspersonal weiß nicht, was in den Gerichten steckt (z. B. Pesto genovese, Jägerschnitzel, Tagessuppe) und kann den Kindern keine kompetente Auskunft geben.



Das Betreuungspersonal ist von der Qualität der Speisen nicht überzeugt.



Kinder essen kaum Salat und Gemüse. In Transportboxen gart Gemüse oft nach und wird besonders weich.



Speisen verändern sich optisch und geschmacklich durch Transport- und Stehzeiten.



Eltern sind unzufrieden mit dem Verpflegungsangebot. In vielen Fällen sind Eltern nicht oder unzureichend informiert.



Bewährte Maßnahmen

In vielen Fällen fehlen schalldämmende Ausstattungen oder Filz- bzw. Kunststoffgleiter an Sesselbeinen. Kleinere Tische statt langer Tafeln, Rituale und die Einhaltung klarer Regeln tragen entscheidend zur Lärmreduktion bei. Broschüre „Gemeinsam essen ... so geht's!“ steht für Mittagsbetreuerinnen zur Verfügung.

Küchenleiter bilden sich in Kochkursen für die Gemeinschaftsverpflegung weiter und tauschen bewährte Rezepturen für kindgerechte vegetarische Gerichte aus.

Rückmeldebogen vermeiden Lebensmittel im Müll.

Gemeinsame Workshops mit Küchen- und Mittagsbetreuungspersonal wirken vertrauensbildend und ermöglichen den Aufbau geregelter Kommunikationsstrukturen.

Kindern schmeckt das Essen besser, wenn sie ihre Köchin bzw. ihren Koch kennen. Es bewährt sich auch bei dezentraler Essensausgabe, wenn sich das Küchenpersonal im Zuge der Mittagsbetreuung vorstellt und einmal pro Semester bei der Essensausgabe dabei ist. Lässt sich das zeitlich gar nicht einrichten, so kann ein Kennenlernen auch im Rahmen eines kleinen Kochkurses am Nachmittag erfolgen (z. B. Milchmixgetränke oder Obstsalat gemeinsam zubereiten und genießen).

Das Küchenpersonal wird angeleitet, die Speisen verständlich und korrekt zu beschreiben.

Das Betreuungs- und Ausgabepersonal hat einen entscheidenden Einfluss darauf, wie das Essen bei den Kindern ankommt. Schulungen für Mittagsbetreuerinnen werden angeboten und der Austausch mit dem Küchenpersonal unterstützt.

Wird Salat zu Beginn der Mahlzeit angeboten, essen ihn fast alle Kinder. Außerdem essen sie gerne rohes Gemüse mit Dip. Gemüse vor dem Transport nicht fertig, sondern nur ganz kurz garen, damit es knackig bleibt.

Mixstab vorbereiten, um Soßen aufzuschäumen und Gewürze, um Speisen nachzuwürzen.

Sachliche Information bei Elternabenden, in der Gemeindezeitung, Vorstellen des Küchen- und Betreuungspersonals, Besichtigung der Räumlichkeiten, Einbeziehen kritischer und interessierter Eltern.

12 Literatur

- 1 Handlungsempfehlungen der Vernetzungsstellen Kita- und Schulverpflegung in den Bundesländern, März 2010; https://www.in-form.de/fileadmin/vnsportal/images/VNS_Medien/Handlungsempfehlungen-VNS.pdf
- 2 Land Vorarlberg: Gesundheitsförderung in den Bereichen Ernährung und Bewegung in Vorarlberger Kindergärten und Schulen der Grundstufe und Sekundarstufe I, Ist-Erhebung 2013
- 3 aks Gesundheitsbildung: Gemeinsam essen – Evaluationsbericht Pflichtschulen 2012
- 4 aks Gesundheitsbildung: Gemeinsam essen – Evaluationsbericht mittlere und höhere Schulen 2013
- 5 M. Kersting: Landesweite Erhebung zur Mittagsverpflegung in Schulen mit Ganztagsangebot in Nordrhein-Westfalen 2010, Forschungsinstitut für Kinderernährung (FKE), Dortmund. http://www.fke-do.de/temp/explorer/files/pdf/SchulverpflegungNRW_Bericht_2401111.pdf
- 6 I. Fitz, A. Stöckler, S. Kessler, S. Schirmer: Gemeinsam essen ... so geht's! Ein kleiner Leitfaden für das gemeinsame Essen in Schülerbetreuungen mit vielen praktischen Tipps. Hrsg.: aks gesundheit GmbH, 2014
- 7 R. Braun, S. Brutscher, G. Winkler: Ist es in Schulmensen wirklich so laut? „Lärm“-Messungen in Schulmensen, Ernährungs Umschau 58, 2011, S. 410–415. http://www.ernaehrungs-umschau.de/media/pdf/pdf_2011/08_11/EU08_2011_410_415.qxd.pdf
- 8 A. Stöckler: Essen und trinken in Schulen - Erarbeitung und Umsetzung einer Strategie zur Etablierung einer bedarfsorientierten Verpflegung von Schülerinnen und Schüler in Vorarlberg, Masterthesis im Universitätslehrgang Public Health I, Medizinische Universität Graz, 2010
- 9 KIG Kinder im Gleichgewicht (Hrsg.): Essen & Trinken in Schulen, Empfehlungen der KIG 2-Projektpartner, 2. Auflage 2013. <http://www.aks.or.at/aks-angebote/gemeinsam-essen>
- 10 A. Stöckler (Hrsg. aks gesundheit GmbH): Leitlinie für die Gemeinschaftsverpflegung von Kindern und Jugendlichen, 5. Auflage, Bregenz 2014 <http://www.aks.or.at/aks-angebote/gemeinsam-essen>
- 11 Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung, 3. Auflage, Bonn 2011; http://www.schuleplussessen.de/service/medien.html?eID=dam_frontend_push&docID=1046
- 12 Leitlinie zur Allergeninformation bei nicht vorverpackten Lebensmitteln („offene Waren“) im Sinne der Allergeninformationsverordnung https://www.verbrauchergesundheit.gv.at/lebensmittel/buch/codex/beschluesse/Kennzeichnung_LL,_AIV.pdf?4guxnd
- 13 Bundesministerium für Gesundheit (Hrsg.): Leitlinie Schulbuffet, Wien 2011, http://bmg.gv.at/home/Schwerpunkte/Ernaehrung/Empfehlungen/Leitlinie_Schulbuffet



Herausgeber:

aks gesundheit GmbH
Gesundheitsbildung
Rheinstraße 61
6900 Bregenz
T 055 74 / 202 - 0
gesundheitsbildung@aks.or.at
www.aks.or.at

Verfasst von:

Mag.ª Angelika Stöckler MPH

Gestaltung: coop4

Druck: Riedmann
Auflage 2014

aks gesundheit GmbH
Gesundheitsbildung
Rheinstraße 61
6900 Bregenz
T 055 74 / 202 - 0
gesundheitsbildung@aks.or.at
www.aks.or.at



**Eine Maßnahme im Rahmen der österreichweiten Vorsorgestrategie.
Finanziert aus Mitteln der Bundesgesundheitsagentur.**

