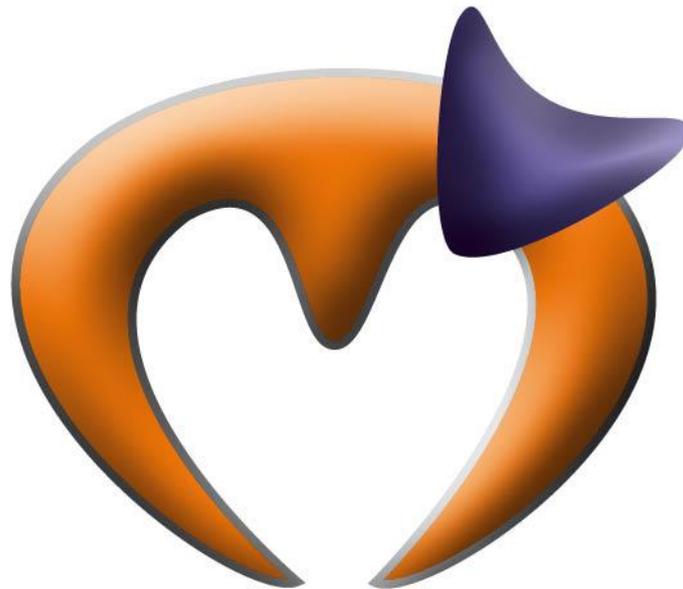


Verpflegungsleitbild

„Da schmeckt`s uns“

in der
Mensa der Otfried-Preußler-Schule



Otfried-Preußler-Schulen
STEPHANSKIRCHEN

Im Bereich

Mensa

Pausenverkauf

Fachbereich Soziales

Schulgarten

Besondere Anlässe

Version vom 28. Juni 2018

Inhalt

Definition und Ziele	3
Ernährungsansatz	3
Konzept „Cook & Freeze“	4
Vorbereitung und Zubereitung der Mahlzeiten	4
Organisation und Teilnahme am Mittagessen	4
Das Essen	4
Verankerung im Schulalltag.....	5

Definition und Ziele

Um motiviert, ausdauernd, nachhaltig und konzentriert lernen zu können, wird die Ernährung zur wichtigsten Voraussetzung.

Wir möchten auf Grundlage der Empfehlungen der DGE ein qualitativ hochwertiges und geschmackvolles Essen ohne Konservierungsstoffe, Geschmacksverstärker und künstliche Farbstoffe bieten und legen besonderen Wert auf eine angenehme Atmosphäre. Außerdem wollen wir im Rahmen des finanziell Möglichen auch Bioprodukte in den Speiseplan einarbeiten.

Zusätzliche Produkte, wie z.B. Salate, Obst und Gemüse, beziehen wir aus kontrolliert ökologischem bzw. biozertifiziertem Anbau aus der Region.

Erzeugnisse aus unserem Schulgarten, wie z.B. Kräutersirup oder verschiedene Gemüsesorten und Salate ergänzen die Angebote im Pausenverkauf und im Mittagessen.

Wir achten auf Nachhaltigkeit, z.B. durch das Vermeiden von Aluminiumschalen, unnötigem Abfall (Verpackungen, Speisereste) und vertreiben fair gehandelte Produkte.

Ernährungsansatz

Bei der Auswahl und Zubereitung der Speisen orientieren wir uns an den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE)

4-Wochen Speiseplan DGE - Beispiel:

Lebensmittelgruppe	Häufigkeit	Beispiele zur praktischen Umsetzung
Getreide, Getreideprodukte und Kartoffeln	20 x davon: - mind. 4 x Vollkornprodukte - max. 4 x Kartoffelerzeugnisse	Pellkartoffeln ¹⁷ , Salzkartoffeln, Kartoffelsalat, Kartoffeleintopf Reispfanne, Reis als Beilage Lasagne, Couscous-Salat, Hirseauflauf, Grünkern-Bratlinge, Polentaschnitten Vollkornteigwaren, Vollkornpizza, Naturreis Halbfertig- oder Fertigprodukte, z. B. Kroketten, Pommes frites, Kartoffelecken, Reibekuchen, Gnocchi, Püree, Klöße
Gemüse und Salat	20 x davon mind. 8 x Rohkost oder Salat	gegarte Möhren, Brokkoli, Kohlrabi, Gemüselasagne, gefüllte Paprika (oder Zucchini, Auberginen), Erbsen-, Linsen-, Bohneneintopf, Ratatouille, Wokgemüse Tomatensalat, Gurkensalat, gemischter Salat, Krautsalat
Obst	mind. 8 x	Obst im Ganzen, geschnittenes Obst, Obstsalat
Milch und Milchprodukte	mind. 8 x	in Aufläufen, Salatdressings, Dips, Soßen, Joghurt- oder Quarkspeisen
Fleisch, Wurst, Fisch, Ei	max. 8 x Fleisch/Wurst davon mind. 4 x mageres Muskelfleisch mind. 4 x Seefisch davon mind. 2 x fettreicher Seefisch	Putenbrust, Hähnchenschnitzel, Rinderbraten, Geschnetzeltes Seelachsfilet, Fischpfanne Heringsalat, Makrele
Fette und Öle	Rapsöl ist Standardöl	
Getränke	20 x	Trink-, Mineralwasser

Konzept „Cook & Freeze“

Kochen und Gefrieren: Nach der Zubereitung (Garvorgang) werden die Speisen bei ca. -40° C schockgefrostet. Sie können so bei Temperaturen bis -18° C bis zu neun Monaten gelagert werden. Kurz vor dem Verzehr erfolgt die Regeneration durch Auftauen und Erhitzen.

Mit diesem Produktionsverfahren kann die Speisenproduktion zeitlich und räumlich vom Verzehr entkoppelt werden, hygienische Risiken sind bei dieser Lager-Variante sehr gering.

(entnommen aus: <https://catering.dussmann.com/essen-trinken/catering-glossar/c/cook-freeze/>)

Vorbereitung und Zubereitung der Mahlzeiten

Die Speisen werden kosten- und qualitätsbewusst ein- und verkauft.

In der Mensa werden die Speisen schonend aufbereitet, d.h. es wird darauf geachtet, dass die Vitamine und Nährstoffe weitestgehend erhalten bleiben. Dies erreichen wir durch die schonende Regeneration mit Kombidampf und geschieht ca. eine halbe bis dreiviertel Stunde bevor die Schüler eintreffen. Somit ist gewährleistet, dass keine wertvollen Nährstoffe verloren gehen und das Essen schmackhaft auf den Teller kommt.

Frischprodukte aus dem Schulgarten und von regionalen Zulieferern werden in der Küche direkt verarbeitet und als Ergänzung zur Hauptmahlzeit gereicht.

Organisation und Teilnahme am Mittagessen

Die Eltern melden ihr Kind im Vorfeld über das Bestell- und Abrechnungssystem Kitafino zum Essen an. Es ist möglich, jedes Essen einzeln zu bestellen, oder aber auch ein Essensabo für verschiedene Wochentage.

Auch die Abrechnung erfolgt ausschließlich über dieses System. Dabei kann das persönliche, passwortgeschützte Kitafinokonto per Einzelüberweisung oder monatlichem Dauerauftrag aufgeladen werden.

Der Speiseplan wird, um eine Planungs- und Kostensicherheit zu gewährleisten, zwei Wochen im Voraus erstellt und in Kitafino veröffentlicht.

Eine Bestellung ist bis am Vorabend um 18:00 Uhr möglich. Um auf Krankheitsfälle noch reagieren zu können und Essensabfälle möglichst gering zu halten ist eine Abbestellung des Essens bis morgens um 08:00 Uhr ebenfalls über das System Kitafino möglich. Es besteht aber auch die Möglichkeit, das Essen für sein krankes Kind vor Ort abzuholen und nachhause mitzunehmen.

Zum Essen müssen die Kinder ihre gültige Bestellung mit Hilfe eines elektronischen Chips nachweisen. Es gilt: Ohne Chip kein Essen.

Das Essen

„Die Tischgemeinschaft symbolisiert die Zusammengehörigkeit“

Das Mittagessen beginnt, je nach Jahreszeit, mit einer warmen Suppe, Blattsalaten oder mit einer Rohkostkomponente und Dressing. Bis die Schüler eintreten sind die Tische bereits mit Besteck, Gläsern und gefüllten Wasserkrügen eingedeckt. Für die Kleinen stehen auch schon die Teller bereit. Für sie werden die Speisen auf Platten und in Schüsseln ausgegeben, anschließend durch die Betreuer verteilt und gemeinsam gegessen. Die Großen erhalten ihr Speisen an der Essensausgabe. Um

eine Tischkultur und eine Gemeinschaft zu pflegen, setzen sich die Erwachsenen (Lehrer, Betreuer, Servicepersonal) zu den Kindern und Jugendlichen und essen mit. Das gemeinsame Essen schafft eine Grundlage für eine offene Kommunikation zwischen Schülern und Lehrern und die Erwachsenen können somit ihrer Vorbildfunktion gerecht werden. Als Nachspeise wird ein einfaches Dessert oder Handobst gereicht. Zu trinken gibt es Wasser, nach Jahreszeit und Vorliebe verfeinert mit selbst hergestellten Sirupsorten mit Kräutern aus dem Schulgarten.

Verankerung im Schulalltag

Die Mensa befindet sich an einem sehr zentralen Punkt der Mittelschule. Durch die großen Fenster hat die Mensa eine hohe Lichteinstrahlung und eine helle Atmosphäre. Der wechselnde Tischschmuck oder der mit Schülermitwirkung gestaltete Raum stärkt ebenfalls die Identifikation der Schüler mit der Mensa, dem Essen und somit auch der ganzen Schule.

Alle Grund- und Mittelschüler, sowie die Lehrer können am Mittagessen in der Mensa teilnehmen.

Auch für nachmittägliche Fortbildungsveranstaltungen bietet die Mensa Platz.