



Bundesministerium für
Ernährung, Landwirtschaft
und Verbraucherschutz



Qualitätsstandards für die Betriebsverpflegung



1 Hintergrund und Zielsetzung	5
2 Gestaltung der Betriebsverpflegung	7
2.1 Mindeststandards auf Basis bestimmter Lebensmittel	7
2.1.1 Einsatz von Convenienceprodukten	9
2.1.2 Herkunft von Lebensmitteln	10
2.2 Mittagsverpflegung auf Basis der D-A-CH-Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr	10
2.2.1 Drittelansatz für die Betriebsgastronomie	10
2.2.2 Speisenplangestaltung und Speisenherstellung	12
2.3 Zwischenverpflegung	13
2.4 Getränkeversorgung am Arbeitsplatz	15
2.5 Verpflegungssysteme	15
3 Betriebliche Rahmenbedingungen	16
3.1 Ökologische Aspekte	16
3.2 Hygienemanagement	16
3.3 Personalqualifikation	17
3.4 Leistungsverzeichnis	17
3.5 Rechtliche Bestimmungen	18
3.5.1 Hygiene	18
3.5.2 Kennzeichnungsverordnungen	18
4 Gästekommunikation	19
5 Anhang	21
5.1 Garmethoden in der Gemeinschaftsverpflegung	21
5.2 D-A-CH-Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr in der Betriebsverpflegung	23



Liebe Leserinnen und Leser,

„In der einen Hälfte des Lebens opfern wir unsere Gesundheit, um Geld zu erwerben. In der anderen Hälfte opfern wir Geld, um die Gesundheit wiederzuerlangen.“

Obwohl dieser Ausspruch von Voltaire aus dem 18. Jahrhundert stammt, würden ihn vermutlich heute noch viele Menschen unterschreiben. Arbeit sieht heute anders aus als noch zu Voltaires Zeiten, aber auch heute kann Arbeit mit gesundheitsgefährdenden Folgeerscheinungen wie Stress oder wenig Bewegung verbunden sein. Hinzu kommt, dass immer mehr Menschen außer Haus essen und nicht immer ein Verpflegungsangebot vorfinden, das den Bedürfnissen einer gesunden, ausgewogenen Ernährung entspricht.

Mit den Qualitätsstandards für die Betriebsverpflegung möchte das Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz gemeinsam mit der DGE einen Beitrag zu mehr Gesundheit und Leistungsfähigkeit am Arbeitsplatz leisten. Erstmals werden Unternehmen und Beschäftigten bundeseinheitliche Empfehlungen für eine gesunde Ernährung am Arbeitsplatz an die Hand gegeben. Wir wollen erreichen, dass mehr Unternehmen eine vollwertige, ausgewogene Ernährung ihrer Beschäftigten als festen Bestandteil ihrer Unternehmensphilosophie verankern. Dabei geht es neben den gesundheitlichen Aspekten gerade bei der Ernährung immer auch um die Förderung des Betriebsklimas. Denn wo sind soziale Kontakte und Gespräche angenehmer als bei einem gemeinsamen Essen?

Bisher wurde der Arbeitsplatz noch zu wenig als Lernort für eine gesunde Ernährung beachtet. Dabei können Erwachsene wesentlich leichter auf eine gesunde Ernährung und eine qualitativ hochwertige Außer-Haus-Verpflegung ihrer Kinder hinwirken, wenn gesunde Angebote auch im eigenen Arbeitsalltag Normalität sind. Eine gemeinsame Wissens- und Erlebnisbasis ist eine wichtige Voraussetzung für die Vermittlung von Ernährungsinformationen im familiären Alltag und damit für die Prävention von Krankheiten, die durch eine unausgewogene Ernährung in Verbindung mit zu wenig Bewegung entstehen können – eine der aktuell größten ernährungs- und gesundheitspolitischen Herausforderungen!

Wir wollen das gemeinsame Erlernen und das gemeinsame Erleben eines gesunden Lebensstils in Deutschland für alle Generationen und in allen Lebenssituationen leichter machen. Deshalb erarbeiten wir gemeinsam mit Bund, Ländern, Kommunen und der Zivilgesellschaft einen Nationalen Aktionsplan, der die wesentlichen Handlungsfelder und die wichtigsten Maßnahmen auf dem Weg dorthin aufzeigt. Die Verbesserung der Außer-Haus-Verpflegung ist ein zentrales Handlungsfeld unserer nationalen Strategie. Neben dem Arbeitsplatz wollen wir insbesondere eine Qualitätsverbesserung bei der Verpflegung in Kitas und Schulen erreichen.

Der Nationale Aktionsplan wird die Außer-Haus-Verpflegung nicht getrennt betrachten, sondern die vielfältigen Aspekte eines gesunden Lebensstils zusammenführen. Dazu gehört in erster Linie eine bessere Verbindung von Information und Bildung über Ernährung und Bewegung mit ganz konkreten Möglichkeiten zu ihrer Umsetzung im Alltag.

Ein konkretes Beispiel dafür können schon bald hoffentlich viele Menschen selbst erfahren und erschmecken – indem sie ihr Mittagessen nach den Qualitätsstandards für die Betriebsverpflegung genießen.

Ihr

Horst Seehofer

Bundesminister für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz



Liebe Leserinnen und Leser,

das Angebot einer gesundheitsförderlichen, vollwertigen Ernährung in Betrieben zu ermöglichen und zu verbreiten, ist das wesentliche Ziel der ersten Qualitätsstandards für die Betriebsverpflegung. Mit diesen Standards stellt die DGE grundlegende Weichen zur Qualitätssicherung in der Betriebsverpflegung.

Qualitätsstandards für die Betriebsverpflegung müssen sowohl fachlich fundiert als auch praxistauglich sein. Um dies zu gewährleisten, haben sich neben den Experten der DGE in dankenswerter Weise auch zahlreiche Persönlichkeiten aus Wissenschaft, Industrie und Praxis im Rahmen einer Arbeitsgruppe sehr engagiert und fachkundig in die Erarbeitung der Standards eingebracht.

Sie – als Entscheidungsträger und Verantwortliche für die Betriebsverpflegung – erhalten mit den vorliegenden Standards konkrete Unterstützung für die optimale Gestaltung Ihres Verpflegungsangebots. Mit der Umsetzung der Standards leisten Sie einen wichtigen Beitrag zum Wohlbefinden und zur Leistungsfähigkeit und damit zur Gesunderhaltung der von Ihnen verpflegten Mitarbeiter. Ein optimiertes Essensangebot als Teil der Unternehmensphilosophie wirkt sich positiv auf das Betriebsklima aus.

Die Gestaltung der Betriebsverpflegung steht im Mittelpunkt der Qualitätsstandards. Es werden konkrete Anforderungen an den Einsatz von Lebensmitteln bzw. Lebensmittelgruppen gestellt, die sich sowohl auf die Mittags- als auch auf die Zwischenmahlzeiten am Arbeitsplatz beziehen.

Thematisiert werden wichtige Aspekte wie die Angebotsgestaltung, der Umgang mit Anregungen und Kritik Ihrer Gäste, sensorische Aspekte oder die Verwendung von Convenienceprodukten.

Die Ausführungen zu den betrieblichen Rahmenbedingungen befassen sich mit den fachlichen Anforderungen an das Personal sowie der Umsetzung einer nachhaltigen, hygienisch einwandfreien Verpflegung von Berufstätigen. Eine kontinuierlich hohe Qualität erfordert die Einbeziehung aller Beteiligten.

Die DGE hofft auf eine breite Umsetzung der Qualitätsstandards. Möchten Sie als Unternehmen oder Kantinenbetreiber damit werben, ist dies nach Zertifizierung durch die DGE möglich. Bei Fragen dazu und rund um das Thema Betriebsverpflegung wird Sie das Projektteam gern unterstützen.

Dr. Helmut Oberritter

Geschäftsführer
Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.



1 Hintergrund und Zielsetzung

Die Betriebsverpflegung in Deutschland hat sich über die Jahrzehnte durch gesellschaftliche, wirtschaftliche und technische Entwicklungen gewandelt. Lag die Herausforderung in der Nachkriegszeit ausschließlich in der Energiezufuhr der Arbeitnehmer, zeichnete sich zum Ende des letzten Jahrhunderts ein neuer Trend ab: Die quantitativen Aspekte wichen qualitativen, aus den einfachen Kantinen wurden gästeorientierte Personalrestaurants, die den veränderten Lebens- und Ernährungsgewohnheiten der Arbeitnehmer Rechnung trugen¹.

Damit erreichte die Bedeutung der Betriebsverpflegung eine neue Dimension. In Zeiten, in denen der Arbeitsmarkt den Arbeitnehmern neben fachlichen Qualifikationen und sozialen Kompetenzen ein erhöhtes Maß an Belastbarkeit, zeitlicher und räumlicher Flexibilität abverlangt², stehen Betriebe in der Verantwortung, ihre Mitarbeiter durch Maßnahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung zu unterstützen. Vor dem Hintergrund einer gesundheitsförderlichen Ernährung, als Grundlage für individuelle Leistungsfähigkeit und Produktivität, kommt einer wirkungsvollen Betriebsverpflegung eine entscheidende Rolle zu³.

Die vorliegenden Standards richten sich daher an alle, die eine betriebliche Verpflegung anbieten bzw. anbieten wollen. Angesprochen sind auch Führungskräfte, Personalvertreter, Küchenleiter und alle anderen am Entscheidungs- und Umsetzungsprozess beteiligten Personen. Diese können ihren Gästen nicht nur ein optimiertes Verpflegungsangebot bereitstellen, sondern gleichzeitig einen wichtigen Beitrag zur Sensibilisierung für die Thematik leisten. Die Gäste einer

Betriebskantine, die informiert und bewusst mit dem Thema gesundheitsförderliche Ernährung am Arbeitsplatz umgehen, können auch gezielt aus einem vielfältigen Angebot auswählen.

Ziel ist es, das Gesamtangebot der Betriebsverpflegung am Arbeitsplatz stärker an den Anforderungen einer ausgewogenen Ernährung auszurichten. Menschen, die sich bewusst ernähren wollen, soll die gesundheitsförderliche Wahl ermöglicht und erleichtert werden.

Um dazu den Weg zu ebnen und dabei gleichzeitig die Eigenverantwortung der Gäste zu stärken, umfassen vorliegende Standards einerseits Empfehlungen für gesundheitsförderliche Alternativen im Gesamtangebot. Andererseits werden Vorgaben für mindestens eine Menülinie gesetzt, die die besonderen Anforderungen an eine nährstoffoptimierte Verpflegung erfüllt. Wer eine Menülinie nach diesen Vorgaben anbietet bzw. die Gerichte aus dieser auswählt, kann sicher sein, die Grundsätze einer ausgewogenen Ernährung zu berücksichtigen.

Bedeutung der Ernährung im Berufsalltag

Die aktuelle Datenlage zum Ernährungsverhalten generell in unserer Gesellschaft und speziell in der Gruppe der Berufstätigen bestätigt den Handlungsbedarf: Fehlendes Ernährungswissen, gepaart mit einem übermäßigen und ernährungsphysiologisch unausgewogenen Verzehr von energiereichen und zu einseitig ausgewählten Speisen, führen zu einer Zunahme ernährungsmitbedingter Krankheiten. Konsequenzen sind

¹ Brivio, B. und Adler, S.: Von der Kantine zum Personalrestaurant. Hauswirtsch. Wiss. Nr. 26/1978

² Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (baua): Arbeitsbedingungen in Deutschland – Belastungen, Anforderungen und Gesundheit. www.baua.de > Themen-von-A-Z > Arbeitsbedingungen

³ Trapp, U., Bechthold, A., Neuhäuser-Berthold, M.: Ernährungsmanagement. In: Meifert, M.T., Kesting, M.: Gesundheitsmanagement im Unternehmen. S. 217-233, Springer, Berlin 2004

neben vermehrten Arbeitsausfällen und einem Anstieg des vorzeitigen Ausscheidens vor dem gesetzlichen Verrrentungsalter die ansteigenden Kosten im Gesundheitswesen³.

Berufstätige verbringen einen großen Teil ihres Alltags im Betrieb und nehmen hier in aller Regel auch mindestens eine Mahlzeit zu sich. Daraus ergibt sich die Forderung nach einer nährstoffoptimierten Angebotsgestaltung der Mittags- und Zwischenverpflegung inklusive einer intensivierten Ernährungsaufklärung am Arbeitsplatz. Um den Beschäftigten generell den Weg zu einem ernährungsbewussten und gesundheitsförderlichen Lebensstil zu erleichtern, ist die zusätzliche Einrichtung eines betrieblichen Sport- bzw. Bewegungsangebots sinnvoll.

Einfluss der Ernährung auf die Leistungsfähigkeit im Berufsalltag³

Eine auf den Berufsalltag abgestimmte Ernährung hat einen positiven Einfluss auf die kurzfristige Leistungs- und langfristige Arbeitsfähigkeit der Beschäftigten.

Kurzfristig steigert die ausreichend zur Verfügung stehende Energie in Form von Kohlenhydraten Aufmerksamkeit, Erinnerungs- und Reaktionsvermögen sowie Konzentrations- und Assoziationsfähigkeit. Als (Zwischen-)Mahlzeiten eignen sich besonders Obst und Gemüse, Vollkorn- oder Milchprodukte.

Langfristig haben die Zusammensetzung und Menge der verzehrten Lebensmittel Einfluss auf die Entstehung chronisch degenerativer Krankheiten. Fettstoffwechselstörungen und Diabetes mellitus und daraus resultierende Herz-Kreislauf-Krankheiten zählen zu den häufigsten ernährungsmitbedingten Krankheiten. Auch Übergewicht ist hauptsächlich auf eine dauerhaft überhöhte Energiezufuhr, verbunden mit einer zu geringen körperlichen Aktivität, zurückzuführen. Über eine bedarfsgerechte Versorgung mit Energie und Nährstoffen, die gleichzeitig präventiv wirksame Inhaltsstoffe wie beispielsweise Ballaststoffe, n-3 Fettsäuren und sekundäre Pflanzenstoffe liefert, leistet das betriebliche Verpflegungsangebot somit einen Beitrag zur Vermeidung von Krankheiten.

Betriebsverpflegung als Teil der Unternehmensphilosophie

In der Unternehmensphilosophie ist neben der strategischen Ausrichtung und den Führungsgrundsätzen vor allem die soziale Verantwortung des Betriebs gegenüber seinen Mitarbeitern und der Gesellschaft verankert. Die Betriebsverpflegung ist als Teil der betrieblichen Gesundheitsförderung in diese Leitsätze zu integrieren. Im Einzelnen sind dabei folgende Aspekte zu berücksichtigen:

- ein ernährungsphysiologisch ausgewogenes Essensangebot für die Mittags- und die Zwischenverpflegung
- ein Getränkeangebot (siehe S. 8) zur ausreichenden Versorgung mit Flüssigkeit, das idealerweise vom Arbeitgeber zur Verfügung gestellt wird
- eine angenehme Essatmosphäre sowie die Gestaltung der Essensräume als bedeutender Faktor für die Akzeptanz des Essensangebots
- kompetente Mitarbeiter in Küche und Ausgabe
- eine Preisgestaltung, die es einem Großteil der Beschäftigten ermöglicht, von einer gesundheitsförderlichen Betriebsverpflegung zu profitieren.

Ist das Verpflegungskonzept in der Unternehmensphilosophie fest verankert und mit der betrieblichen Gesundheitsförderung eng verknüpft, können die Teilziele

- Verbesserung des Gesundheitszustands bzw. Erhöhung der Produktivität,
- Verminderung der Fluktuation der Arbeitnehmer und
- Verbesserung des Unternehmensimages

langfristig erreicht werden.





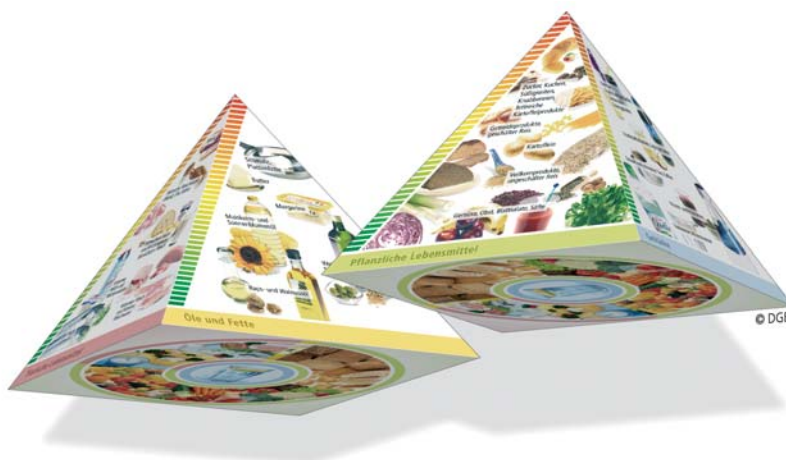
2 Gestaltung der Betriebsverpflegung

Das Verpflegungsangebot im Betrieb ist so zu gestalten, dass Berufstätige immer aus einer Vielfalt an gesundheitsförderlichen Lebensmitteln bzw. Speisen auswählen können. Dies gilt sowohl für die warme Mittagsmahlzeit als auch für das Angebot zur Zwischenverpflegung. Das bedeutet in der Praxis, dass in das bestehende Angebot zusätzlich gesundheitsförderliche Alternativen integriert und die Beschäftigten über eine ausgewogene Ernährung am Arbeitsplatz informiert werden. Außerdem wird eine nährwertoptimierte Menülinie (z. B. als „Job&Fit-Menülinie“) angeboten, für die Mindeststandards für die einzusetzenden Lebensmittel definiert sind.

Die Grundlage für die nachfolgenden Empfehlungen bildet die Dreidimensionale Lebensmittelpyramide⁴. Die Empfehlungen zu den Lebensmitteln, die sich auf den einzelnen Pyramidenflächen befinden, werden auf die Betriebsverpflegung übertragen.

2.1 Mindeststandards auf Basis bestimmter Lebensmittel

Ausgehend von den oben erläuterten wissenschaftlichen Grundlagen müssen im Gesamtangebot die in Tabelle 1 genannten gesundheitsförderlichen Lebensmittel bzw. Speisen ergänzend zu dem bestehenden Angebot enthalten sein.



⁴Die Dreidimensionale Lebensmittelpyramide ist über den DGE-MedienService in mehreren Varianten erhältlich. s. www.dge-medien-service.de > Medien für Fachkräfte > Schulungsmedien

Gestaltung der Betriebsverpflegung

Tabelle 1: Einsatz von Lebensmitteln im Gesamtangebot basierend auf der Dreidimensionalen Lebensmittelpyramide

Lebensmittelgruppe	Im bestehenden Angebot sind immer integriert
Pflanzliche Lebensmittel Obst und Gemüse ⁵	<ul style="list-style-type: none"> • frisches Stückobst • Gemüse als Rohkost, z. B. als Bestandteil des Salatbuffets • gegartes Gemüse (aus frischem oder tiefgekühltem Gemüse) • Nüsse und Samen, z. B. als Topping für Salate
Kartoffeln	<ul style="list-style-type: none"> • Kartoffeln, z. B. als Salzkartoffeln oder Pellkartoffeln
Getreide	<ul style="list-style-type: none"> • Vollkorngetreideprodukte wie z. B. Vollkornreis und Vollkornteigwaren
Tierische Lebensmittel Fleisch und Fleischprodukte	<ul style="list-style-type: none"> • magere Fleischteile (Rind, z. B. Hüfte oder Oberschale; Schwein, z. B. Nuss oder Oberschale; Geflügel, z. B. Hähnchenbrust oder Putenschnitzel)
Milch und Milchprodukte	<ul style="list-style-type: none"> • Milch mit einem Fettgehalt von max. 1,5 % • Joghurt als Naturjoghurt oder als Fruchtjoghurt mit einem Fettgehalt von max. 1,5 % • Quark mit max. 20 % Fett i. Tr. • Hart-/Schnittkäse mit max. 45 % Fett i. Tr.
Seefisch	<ul style="list-style-type: none"> • Fisch aus nicht überfischten Beständen⁶
Fette und Öle Öle	<ul style="list-style-type: none"> • Raps-, Walnuss-, Oliven- und Sojaöl zur Speisenzubereitung
Getränke Wasser Schorlen	<ul style="list-style-type: none"> • Trinkwasser und/oder Mineralwasser • Fruchtsaftschorlen aus einem Teil Saft und zwei Teilen Wasser • energiearme Erfrischungsgetränke

Unabhängig von den vorangestellten Mindeststandards sind folgende Kriterien zu berücksichtigen:

- Regionale und saisonale Produkte sind zu bevorzugen.
- Frische oder tiefgekühlte Kräuter zum Würzen und Garnieren werden täglich eingesetzt.
- Es wird jodiertes Speisesalz eingesetzt. Die Verwendung von fluoridiertem Jodsalz, das nur mit Ausnahmegenehmigung in der Gemeinschaftsverpflegung einsetzbar ist⁷, wird empfohlen.
- Gerichte, in denen Alkohol enthalten ist, sind entsprechend zu deklarieren.

Die Mittagsmahlzeit leistet einen wesentlichen Beitrag zur täglichen Versorgung mit Nährstoffen. Warme Mahlzeiten werden üblicherweise im Rahmen einer Menülinie im Wochenrhythmus gestaltet. Über die in Tabelle 1 aufgeführten Anforderungen hinaus müssen für die Ausgestaltung einer nährwertoptimierten Menülinie, z. B. als „Job&Fit-Menülinie“ deklariert, folgende Kriterien erfüllt werden:

Pflanzliche Lebensmittel

- mindestens einmal pro Woche Hülsenfrüchte⁸, z. B. als Salat oder Eintopf

Tierische Lebensmittel

- maximal zweimal pro Woche verarbeitete Fleischprodukte wie Wurst, Wurstwaren sowie Hackfleisch
- mindestens einmal pro Woche Fisch gedünstet, gedämpft oder pochiert

⁵ Die Kampagne „5 am Tag“ gibt u. a. zahlreiche Informationen zum Thema Obst und Gemüse am Arbeitsplatz. s. www.machmit-5amtag.de > Infos zum Download > Materialien rund um das Thema gesunde Ernährung > 5 am Tag-Arbeitsplatzflyer

⁶ DGE (Hrsg.): Ökologisch verträglicher Fischverzehr. DGEinfo 07/2007

⁷ Die Ausnahmegenehmigung für den Einsatz von fluoridiertem Jodsalz muss formlos unter Angabe des Produktes sowie des Fluoridgehaltes im Trinkwasser beim Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit (BVL; www.bvl.bund.de) beantragt werden.

⁸ Informationen zur Warenkunde vom aid infodienst. s. www.waswiessen.de/abisz/huelsenfruechte.php

Fette und Öle

- Rapsöl als Standardöl zum Backen, Braten, Kurzbraten und zum Frittieren⁹
- Schmalz nur zur Zubereitung spezifischer Gerichte wie Rotkohl oder Sauerkraut
- max. zweimal pro Woche panierte Menükomponenten.

Zusätzlich sind zur Erreichung der geforderten Nährwerte nicht nur die einzusetzenden Lebensmittel, sondern auch die Mengen und die Zubereitung von Bedeutung. Auf diese Punkte wird in den Kapiteln 2.2.1 und 5.1 gesondert eingegangen.

2.1.1 Einsatz von Convenienceprodukten

In der Betriebsverpflegung ist der Einsatz von Convenienceprodukten gängig. Grundprinzip bei der Verwendung von Convenienceprodukten der Stufen 3 bis 5 (s. Tabelle 2) ist es, frischen Produkten immer den Vorrang zu geben, wenn die zeitlichen und personellen Kapazitäten es erlauben. Dies beinhaltet auch, dass beim Einsatz dieser Produkte ernährungsphysiologische, sensorische, ökologische und ökonomische Aspekte abzuwägen sind. Aus Gründen der Ausgewogenheit und Vielfalt sind (Voll-)Convenienceprodukte immer mit frischen Lebensmitteln zu kombinieren.

Erfordert die Herstellung der Speisen zahlreiche Prozessstufen (z. B. Cook & Chill), ist der Einsatz von Obst und Gemüse aus den Convenience Stufen 4 und 5 möglichst zu vermeiden.



Tabelle 2: Convenienceprodukte in der Betriebsverpflegung

	Convenience-Stufe	Convenience-Grad	Beispiele
Grundstufe	0	0 %	Tierhälften, ungewaschenes Gemüse
küchenfertige Lebensmittel	1	15 %	entbeintes, zerlegtes Fleisch, geputztes Gemüse
garfertigte Lebensmittel	2	30 %	Filet, Teigwaren, TK-Gemüse, paniertes, gewürztes Fleisch
aufbereifertigte Lebensmittel	3	50 %	Salatdressing, Kartoffelpüree
regenerierfertige Lebensmittel	4	85 %	Fertiggerichte (einzelne Komponenten oder fertige Menüs)
verzehr-/tischfertige Lebensmittel	5	100 %	kalte Soßen, fertige Salate, Obstkonserven

Quelle: nach aid infodienst (Hrsg.): „Convenienceprodukte in der Gemeinschaftsverpflegung“, Bonn 2007

⁹ Die Gebrauchsdauer von Frittierfett hängt vom Backgut, dem eingesetzten Fett und der Menge des Backguts ab. Fleisch und Fisch belasten das Fett mehr als z. B. Pommes frites. Daher werden getrennte Frittierbecken empfohlen. Zur Einschätzung der Fettqualität können Schnelltests herangezogen werden, bei denen z. B. die Menge der freien Fettsäuren ermittelt wird. Im Vergleich zur Verwendung von gehärtetem Pflanzenfett ist das Aroma des Frittiergutes besser und es ist aufgrund des Fehlens von trans-Fettsäuren im frischen Öl gesünder.



Beim Einsatz von Convenienceprodukten sollten der jeweilige Zucker- und Salzgehalt sowie die Art des verwendeten Fettes und der Gehalt an trans-Fettsäuren berücksichtigt werden. Bei Obst und Gemüse sind aufgrund des höheren Nährstoffgehalts tiefgekühlte Produkte den Konserven (z. B. Erbsen, Möhren, grüne Bohnen) vorzuziehen.

Da der Einsatz von Convenienceprodukten nicht immer mit einem Zeitgewinn einher geht, sind das hohe Abfallaufkommen und der Zeitaufwand (z. B. einzelverpackte Klöße) zu berücksichtigen.

2.1.2 Herkunft von Lebensmitteln

Aus ernährungsphysiologischer Sicht ist die Qualität von ökologisch erzeugten Lebensmitteln gegenüber konventionell erzeugten Lebensmitteln als gleichwertig zu betrachten. Bei der Lebensmittelauswahl werden jedoch außer betriebswirtschaftlichen Aspekten auch gesundheitliche, sensorische, ökologische und ethische Kriterien berücksichtigt. Dies bedeutet, regionale Lebensmittel mit kurzen Transportwegen grundsätzlich vorzuziehen und sich bei der Speisenplanung an dem saisonalen Angebot zu orientieren. Auch wird empfohlen, Fisch aus bestandserhaltender Fischerei⁹, zertifiziert vom MSC, zu beziehen sowie Fleisch aus artgerechter Tierhaltung und Produkte aus fairem Handel zu berücksichtigen.

Da der ökologische Landbau eine nachhaltige Form der Landwirtschaft darstellt, ist die Verwendung von pflanzlichen und tierischen Lebensmitteln aus ökologischer Erzeugung empfehlenswert. Dabei ist zu berücksichtigen, dass das Bewerben des Bio-Angebotes eine Teilnahme am Kontrollverfahren nach EG-Öko-Verordnung¹⁰ voraussetzt.

2.2 Mittagsverpflegung auf Basis der D-A-CH-Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr

2.2.1 Drittelansatz für die Betriebsgastronomie

Die nährstoffbasierten Standards für die Mittagsverpflegung beziehen sich auf mindestens eine Menülinie. Sie ergeben sich aus den D-A-CH-Referenzwerten für die Nährstoffzufuhr¹¹. Für die Gemeinschaftsverpflegung werden diese durch den so genannten Drittelansatz umgesetzt. Dies bedeutet, dass die Mittagsmahlzeiten im Durchschnitt von vier Wochen jeweils ein Drittel der täglich empfohlenen Nährstoffmenge enthalten sollten. Bei den meisten Nährstoffen, wie zum Beispiel Vitaminen und Calcium, ist dieses Drittel nicht zu unterschreiten, bei einigen anderen, wie Protein und Fett, nicht zu überschreiten.

¹⁰ Soll die Verwendung ökologisch erzeugter Lebensmittel ausgelobt werden, muss der Essensanbieter durch eine anerkannte Öko-Kontrollstelle zertifiziert sein. Leitfaden für Großküchen bezüglich der wichtigsten Maßnahmen zur Bio-Kontrolle gemäß der EG-Öko-Verordnung s. a'verdis, www.a-verdis.com: Rainer Roehl & Dr. Carola Strassner GbR (Hrsg.): Mit einfachen Schritten zum Bio-Zertifikat. Frankfurt a. M. 2005

¹¹ Deutsche Gesellschaft für Ernährung, Österreichische Gesellschaft für Ernährung, Schweizerische Gesellschaft für Ernährungsforschung, Schweizerische Vereinigung für Ernährung (Hrsg.): Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr. Umschau/Braus, Frankfurt a. M. 2000

Tabelle 3 zeigt beispielhaft die empfohlene Nährstoffzufuhr durch die Mittagsmahlzeit bei Berufstätigen mit sitzender Tätigkeit, bezogen auf den Altersbereich 19 bis 65 Jahre. Je nach körperlicher Aktivität kann der Richtwert für die Energiezufuhr variieren. Bei Erwerbstätigen mit sitzender Tätigkeit wird ein PAL-Wert¹² von 1,4 zu Grunde gelegt; die Richtwerte für Erwerbstätige mit erhöhter körperlicher Aktivität, basierend auf den PAL-Werten 1,6 und 1,8, finden sich in Anhang 5.2.

Des Weiteren ist die Nährstoffrelation in Bezug auf den Beitrag zur Energiezufuhr von besonderer Bedeutung. Bezogen auf das Mittagessen ergibt sich folgende Relation:
Protein : Fett : Kohlenhydrate = 20 % : 30 % : 50 %.

Tabelle 3: Umsetzung der D-A-CH-Referenzwerte¹¹ für die Betriebsgastronomie (19 - 65 Jahre), PAL 1,4 (z. B. Büroangestellte)

	Mittagessen 20 : 30 : 50
Energie (kcal)/(kJ) ¹³	717/2999
Protein (g)	≤ 36
Fett (g)	≤ 24
Kohlenhydrate (g)	≥ 90
Ballaststoffe (g)	≥ 10
Vitamin E (mg) ¹⁴	5
Vitamin B ₁ (mg)	0,4
Vitamin B ₂ (mg)	0,5
Folat (µg)	133
Vitamin C (mg)	33
Calcium (mg)	333
Magnesium (mg) ¹⁴	117
Eisen (mg) ¹⁴	5
Jod (µg)	67

Um in der Mittagsverpflegung die angegebenen Richtwerte und vor allem die Nährstoffrelation zu erreichen, bieten festgelegte Portionsmengen eine Orientierung. Tabelle 4 zeigt, wie häufig Lebensmittel in welcher Portionsmenge in einem 5-Tage-Wochenspeisenplan anzubieten sind.



¹² PAL (physical activity level): Durchschnittlicher täglicher Energiebedarf für die körperliche Aktivität als Mehrfaches des Grundumsatzes

¹³ Richtwert für die durchschnittliche Energiezufuhr von Männern und Frauen

¹⁴ Werte sollten beim Mittagessen deutlich über 1/3 des Referenzwertes für den Tag liegen



Tabelle 4: Mengeneempfehlungen für die Mittagsverpflegung in der Betriebsgastronomie bezogen auf fünf Wochentage (die angegebenen Mengen sind dabei als Durchschnittswerte zu verstehen)

	Häufigkeit	Portionsmenge
Fleisch, gegart	1-2 x	100 g
Seefisch, gegart	1 x	150 g
vegetarische Gerichte Beispiele:	2-3 x	
• Eintopf	1 x	500 g
• Gemüseauflauf/Gratin	1 x	500 g
• Getreidebratling	1 x	150 g
Gemüse/Salat	7 x	
• Gemüse, gegart (2 Portionen im Auflauf bzw. Eintopf)	4 x	200 g
• Blattsalat und Rohkost	3 x	100 g
Stärkekomponente	5 x	
• Kartoffeln, gegart (2 Portionen davon sind bereits im Auflauf bzw. Eintopf enthalten)	3 x	200 g
• Reis, gegart	1 x	180 g
• Teigwaren, gegart	1 x	250 g
Dessert	5 x	
• Milchspeise	3 x	150 g
• Obst (roh oder gegart)	2 x	150 g
Zubereitungsfett (Rapsöl)	5 x	10 g

2.2.2 Speisenplangestaltung und Speisenerstellung

Bei der gesamten Speisenplanung¹⁵ sind folgende Aspekte zu berücksichtigen:

- Der Menüzyklus beträgt mindestens vier Wochen, bezogen auf die jeweilige Saison.
- Täglich ist ein vegetarisches Gericht anzubieten.
- Ethnische und religiöse Aspekte sind zu berücksichtigen. Beispielsweise muss bei Gerichten mit Schweinefleisch ein alternatives Hauptgericht angeboten werden.
- Die Speisen auf dem Speisenplan sind eindeutig bezeichnet. Nicht übliche bzw. nicht eindeutige Bezeichnungen sind erklärt.
- Fleisch und Fleischerzeugnisse sowie die Tierart, von der sie stammen, müssen auf dem Speisenplan eindeutig ausgewiesen sein.
- Die Speisenkomponenten sind der Saison angepasst.

¹⁵ Als praktische Hilfestellung für die Speisenplanung dient die Rezeptdatenbank unter www.jobundfit.de > Praktische Tipps für Betriebe > Rezeptdatenbank

Zubereitung und Warmhaltezeiten

Die folgenden Maßnahmen haben einen positiven Einfluss auf die ernährungsphysiologische und sensorische Qualität der angebotenen Speisen:

- Auf fettarme Zubereitung ist zu achten, Frittieren als Garmethode ist auf ein Minimum zu beschränken.
- Für die Zubereitung von Gemüse sind als Garmethoden Dünsten und Dämpfen, als Gargeräte der Steamer oder der Heißluftdämpfer zu verwenden.
- Eine chargenweise Produktion ist durchzuführen, um unnötige Warmhaltezeiten zu vermeiden.
- Die Warmhaltezeit zubereiteter Speisen ist zu minimieren, idealerweise auf 30 Minuten. Eine Warmhaltezeit von mehr als 3 Stunden ist inakzeptabel. Für gegartes Gemüse und kurzgebratene Komponenten beträgt die Warmhaltezeit maximal 2 Stunden¹⁶. Abläufe für die Herstellung (in Form von Zubereitungs- und Arbeitsanweisungen) und die Ausgabe (Portionierungshilfen) der Speisen sind festzulegen und zu dokumentieren.

Eine Übersicht über die einzelnen Garmethoden und ihre ernährungsphysiologische Bewertung befindet sich in Anhang 5.1.

Sensorische Qualität

Die sensorische Qualität der Speisen entscheidet maßgeblich über ihre Akzeptanz. Dabei sind folgende Kriterien zu beachten:

- Aussehen: garnieren, arttypische Farben erhalten, auf Farbzusammenstellung der Speisen auf dem Teller achten.
- Geruch und Geschmack: abwechslungsreich mit Kräutern und Gewürzen¹⁷ abschmecken.
- Konsistenz: Gemüse, Teigwaren und Reis bissfest; Kurzgebratenes knusprig bzw. kross; geschmortes und gedünstetes Fleisch bissfest, nicht faserig.

2.3 Zwischenverpflegung

Neben der Mittagsmahlzeit bieten viele Betriebe eine Zwischenverpflegung in Form eines zweiten Frühstücks und/oder Nachmittagssnacks an. Die Zwischenverpflegung kann eine wichtige Ergänzung zur Mittagsmahlzeit darstellen. Geeignete Lebensmittel bzw. Speisen leisten einen weiteren wesentlichen Beitrag zur täglichen Nährstoffzufuhr.

Die folgenden Standards für Lebensmittelqualität, -auswahl und -angebot basieren ebenfalls auf der Dreidimensionalen Lebensmittelpyramide, analog zu den Angaben aus Tabelle 1.



¹⁶ Mit zunehmender Warmhaltezeit gehen Vitamine aufgrund ihrer Thermolabilität verloren, außerdem kommt es zu sensorischen Einbußen.

¹⁷ Informationen zu Gewürzen unter www.jobundfit.de > Downloads > Gewürzflyer

Gestaltung der Betriebsverpflegung

Tabelle 5: Einsatz von Lebensmitteln für die Zwischenverpflegung auf Basis der Dreidimensionalen Lebensmittelpyramide

Lebensmittelgruppe	Im bestehenden Angebot sind immer integriert
Pflanzliche Lebensmittel Obst und Gemüse ⁵ Getreide	<ul style="list-style-type: none"> • frisches Stückobst • frisches, geschnittenes Obst (z. B. Obstsalat) und frisches, geschnittenes Gemüse • Nüsse und Samen, z. B. als Topping für Salate • 50 % aus Vollkorn • Müsli, z. B. zuckerfreie Müslimischungen mit Getreideflocken, Sesam, Leinsamen, gehackten Nüssen, am besten mit frischem Obst
Tierische Lebensmittel Wurst und Wurstwaren Milch und Milchprodukte Seefisch	<ul style="list-style-type: none"> • als Belag magerer Schinken, Geflügel- und Bratenaufschnitt • Milch mit einem Fettgehalt von max. 1,5 % • Joghurt als Naturjoghurt oder als Fruchtjoghurt mit einem Fettgehalt von max. 1,5 % • Speisen (z. B. Salatdressing) und Getränke auf Joghurtbasis zubereitet mit Joghurt, der einen Fettgehalt von max. 1,5 % hat • Quark mit max. 20 % Fett i. Tr. (auch anstelle von Streichfett) • Hart-/Schnittkäse, Weichkäse und Frischkäse (auch anstelle von Streichfett) mit max. 45 % Fett i. Tr. • als Belag oder Salatzutat Fisch aus nicht überfischten Beständen⁶
Fette und Öle Öle	<ul style="list-style-type: none"> • Raps-, Walnuss-, Oliven- und Sojaöl
Getränke Wasser Schorlen	<ul style="list-style-type: none"> • Trinkwasser und/oder Mineralwasser • Fruchtsaftschorlen mit einem Teil Saft und zwei Teilen Wasser • energiearme Erfrischungsgetränke

Daneben sind folgende Kriterien zu berücksichtigen:

- Butter und Margarine können als Streichfett sparsam eingesetzt werden.
- Frische oder tiefgekühlte Kräuter zum Würzen und Garnieren werden täglich eingesetzt.
- Es wird jodiertes Speisesalz eingesetzt. Die Verwendung von fluoridiertem Jodsalz, das nur mit Ausnahmegenehmigung in der Gemeinschaftsverpflegung einsetzbar ist⁷, wird empfohlen.
- Gerichte, in denen Alkohol enthalten ist, sind entsprechend zu deklarieren.

2.4 Getränkeversorgung am Arbeitsplatz

Ausreichendes Trinken gehört zu einer vollwertigen Ernährung¹⁸, Getränke¹⁹ dienen zur Versorgung mit Flüssigkeit. Das beste Getränk ist Wasser, es ist als Trink- oder Mineralwasser anzubieten. Die Wasserversorgung kann zum Beispiel durch Trinkwasserspender oder die Installation von Brunnen erfolgen, die jedoch regelmäßig gewartet werden müssen bzw. auf ihren Keimgehalt zu kontrollieren sind. Alternativ können Tafel- und/oder Quellwasser in Flaschen angeboten werden.

Zur Versorgung mit Flüssigkeit sollten mindestens folgende Getränke angeboten werden:

- Trink- und Quellwasser
- Fruchtsaftschorlen (1 Teil Saft, 2 Teile Wasser)
- energiearme Erfrischungsgetränke
- Tee und Kaffee.

Das Angebot von alkoholhaltigen Getränken wird im Rahmen der Betriebsverpflegung nicht empfohlen.

2.5 Verpflegungssysteme²⁰

Unter Einhaltung der vorliegenden Standards kann mit allen nachfolgend aufgeführten Verpflegungssystemen grundsätzlich eine gute Speisenqualität erzielt werden. Dabei werden durch jedes System unterschiedlich hohe Anforderungen gestellt.

Mischküche²¹

Zubereitung der Speisen vor Ort mit frischen Lebensmitteln und Produkten mit unterschiedlich hohem Conveniencegrad. Der Conveniencegrad ergibt sich aus der vorhandenen Infrastruktur und der Qualifikation des Personals.

Tiefkühlsystem

Ausschließliche oder überwiegende Verwendung von angelieferten, tiefgekühlten Speisen, die von einem kommerziellen Anbieter stammen. Die Speisen sind mit frischen Salaten und Desserts²² zu ergänzen.

Cook & Chill

Variante 1: Ausschließliche oder überwiegende Verwendung von angelieferten, gekühlten Speisen, die von einem kommerziellen Anbieter, einem anderen Verpflegungsbetrieb oder einer Zentralküche stammen.

Variante 2: Ausschließliche oder überwiegende Verwendung von selbst produzierten Speisen, die noch vor der Vollendung des Garprozesses der Kühlung zugeführt werden.

Für beide Varianten gilt die Einhaltung einer lückenlosen Kühlkette vom Zeitpunkt der Herstellung, über Lagerung/Transport bis zur Regenerierung bzw. zum Endgaren der Speisen sowie die Ergänzung mit frischen Salaten und Desserts²².

Warmverpflegung

Ausschließliche oder überwiegende Verwendung von warm angelieferten Speisen aus einem anderen Verpflegungsbetrieb oder einer Zentralküche. Die Speisen sind mit frischen Salaten und Desserts²² zu ergänzen.



¹⁸ Informationen zum Thema „Trinken am Arbeitsplatz“ s. www.jobundfit.de > Praktische Tipps für Berufstätige > Grundlagen

¹⁹ Milch und Milchprodukte sowie Säfte zählen nicht zur Gruppe der Getränke, sondern zur Gruppe der tierischen bzw. pflanzlichen Lebensmittel, s. Deutsche Gesellschaft für Ernährung, aid infodienst (Hrsg.): Fachinformationen – Die Dreidimensionale Lebensmittelpyramide. Bonn, 2. Auflage 2006

²⁰ Medien zum Thema Verpflegungssysteme sind beim aid infodienst erhältlich. s. <http://www.aid-medienshop.de>

²¹ Das ursprüngliche Frischkostsystem, bei dem alle Speisen ausschließlich vor Ort frisch zubereitet werden, findet sich in der Praxis kaum noch.

²² Desserts auf Obst- und/oder Milchbasis



© Maria Revermann

3 Betriebliche Rahmenbedingungen

3.1 Ökologische Aspekte

Gebindeform

Mehrportionengebinde sind grundsätzlich zu bevorzugen. Kleinstgebinde, insbesondere als Aluminium-Einzelportionsgebinde, sind aufgrund des hohen Abfallaufkommens grundsätzlich zu vermeiden. Ebenso werden keine Getränke in Dosen abgegeben. Stattdessen werden Speisen in Mehrwegverpackungen sowie wiederverwertbare Verpackungsmaterialien verwendet. Der Einsatz von Geschirr und Besteck, das nach Reinigung wieder bereit gestellt wird, ist zu bevorzugen.

Infrastruktur

Beim Einsatz von Großküchengeräten (z. B. Kombigeräte oder Heißluftöfen) sind moderne Geräte mit einem hohen Energie- und Wassersparpotenzial einzusetzen. Gas- und Induktionsenergie sind gegenüber herkömmlichen Energiequellen zu bevorzugen.

3.2 Hygienemanagement

Neben einem vollwertigen Verpflegungsangebot ist auch ein umfassendes Hygienemanagement²³ von grundlegender Bedeutung. Dazu gehört die Umsetzung eines HACCP-Konzepts, das durch eine Risikoanalyse die kritischen Punkte im Umgang mit Lebensmitteln erfasst.

Zur Überprüfung der Einhaltung vorgegebener Temperaturen sind beispielsweise Checklisten zu führen. Es ist eine Ausgabetemperatur von mindestens 65 °C bei warmen Speisen und maximal 7 °C bei kalten Speisen sicherzustellen. Optimierte Lager-, Zubereitungs- und Ausgabezeiten verringern ein hygienisches Risiko auf ein Minimum. Außerdem stellen Checklisten die Einhaltung von lückenlosen Kühlketten sicher.

Die Erstellung und Umsetzung eines Reinigungs- und Desinfektionsplans ist zwingend erforderlich; beim Einsatz von Desinfektionsmitteln ist die Dosierungsanleitung einzuhalten. Darüber hinaus gelten die Bestimmungen der guten Hygienepraxis. Die grundlegenden Vorgaben und Gesetze zur Lebensmittelhygiene sind in Kapitel 3.5 erläutert.

²³ Die allgemeine Verwaltungsverordnung Rahmenüberwachung (AVV-RüB) teilt Betriebe unter Einbeziehung der rechtlichen Rahmenbedingungen (z. B. HACCP) nach Betriebsart und verwendeten Produkten in Risikokategorien ein. Die Frequenz der Überprüfung wird nach der Bestimmung der Risikoklassen festgelegt, s. www.umweltonline.de > recht > lebensmittel > lebensmittelgesetze

3.3 Personalqualifikation

Leitung des Verpflegungsbereichs

Für die Leitung des Verpflegungsbereichs ist eine einschlägige berufsfachliche Qualifikation Voraussetzung. Dazu gehören die Qualifikationen Küchenmeisterin und -meister, Köchin/Koch, Fachfrau/Fachmann für Systemgastronomie, Hauswirtschaftsmeisterin und -meister, Hauswirtschaftliche (Betriebs-)Leiterin und Leiter, Oecotrophologin/Oecotrophologe, Diätassistentin und -assistent. Die regelmäßige Teilnahme an beruflichen Fort- und Weiterbildungsmaßnahmen²⁴ mit ernährungswissenschaftlichem Schwerpunkt ist zwingend erforderlich.

Küchen- und Ausgabepersonal

Voraussetzung für den Einsatz der Beschäftigten ist eine Schulung in Lebensmittelhygiene und über das Infektionsschutzgesetz. Für alle Beschäftigten sind Schulungs- und Qualifizierungsmaßnahmen²⁵ durchzuführen. Bei der Auswahl des Personals sollte auf freundliches Auftreten und kommunikative Fähigkeiten geachtet werden.

3.4 Leistungsverzeichnis

Unabhängig vom Bewirtschaftungssystem muss in jedem Fall ein Leistungsverzeichnis erstellt werden, das Art und Umfang der Verpflegungsqualität festlegt. Das Leistungsverzeichnis dient als Basis für Ausschreibungsverfahren. Je detaillierter die Anforderungen in einem Leistungsverzeichnis formuliert sind, desto einfacher ist der Vergleich verschiedener Angebote.

In einem Leistungsverzeichnis müssen enthalten sein:

- die Übergabe verbindlicher 4-Wochen Speisepläne, aus denen der Einsatz von Lebensmitteln nach den Qualitätsstandards hervorgeht
- die Vorlage nährstoffoptimierter Rezepte auf Basis der D-A-CH-Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr, umgesetzt durch den Drittelansatz für die Betriebsgastronomie
- Zubereitungsarten
- das gewählte Verpflegungssystem
- das gewählte Ausgabesystem
- die Logistik (z. B. Anlieferung, Warmhaltezeit der Speisen)
- Art der Bestellung und Abrechnung
- Art und Umfang der bestehenden Infrastruktur (z. B. Art und Leistung der vorhandenen Geräte)
- die Ansprechpartner

- allgemeine Referenzen sowie Referenzen im Bereich der Betriebsverpflegung
- ein betriebliches Qualitätssicherungs- und Hygienekonzept
- der Einsatz von qualifiziertem Personal
- Angaben zur Mitarbeiterentwicklung, z. B. in Form von Weiterbildungsmaßnahmen
- Erklärung des Anbieters zur freiwilligen Selbstauskunft bzgl. der Überprüfung der Einhaltung der Qualitätsstandards
- Sanktionen bei Nichteinhaltung der Qualitätsstandards.

In einem Leistungsverzeichnis können enthalten sein:

- Umfang des Einsatzes von Biolebensmitteln
- Eigenerklärung, dass Betriebsbesichtigungen möglich sind
- ggf. Angabe über vorhandene Zertifikate nach DIN EN ISO 9000 ff
- ggf. das Bio-Zertifikat einer staatlich anerkannten Öko-Kontrollstelle
- Nachweis über die gewerbliche Tätigkeit durch Auszug aus dem entsprechenden Berufsregister, z. B. Handelsregister, Gewerbenachweis, der nicht älter als sechs Monate sein sollte
- Bestätigung, dass nur tarifgebundenes und sozialversichertes Personal eingesetzt wird.



²⁴ Für die Qualifizierung für eine Leitungsfunktion im Verpflegungsbereich bietet z. B. die DGE den Lehrgang Verpflegungsmanager/DGE an, s. www.dge.de/rd/verpflegungsmanager

²⁵ Für die Schulung des Verpflegungspersonals gibt es u. a. die Lehrgänge Diätetisch geschulter Koch/DGE und GV-geschulter Koch/DGE s. www.dge.de/rd/gv-koch. Weitere Anbieter sind zum Beispiel VKD (Verband der Köche Deutschlands), IHK (Industrie und Handelskammer), VDD (Berufsverband der Diätassistenten), VDO_e (Verband der Oecotrophologen) sowie Berufsverbände hauswirtschaftlicher Berufe.

3.5 Rechtliche Bestimmungen

3.5.1 Hygiene

Eine wesentliche Voraussetzung für die Herstellung sicherer Speisen und Getränke ist die Kenntnis grundlegender Gesetze und Verordnungen über Hygiene sowie deren Umsetzung in die Praxis²⁶.

Im Bereich der Lebensmittelhygiene gelten europaweit Verordnungen, die einen einheitlichen Hygienestandard sicherstellen sollen.

Folgende rechtliche Vorgaben müssen beachtet und angewendet werden:

- das Lebensmittel- und Futtermittelgesetzbuch (LFGB)
- die Verordnung (EG) Nr. 853/2004 zur Lebensmittelhygiene
- die Verordnung zur Durchführung von Vorschriften des gemeinschaftlichen Lebensmittelhygienerechts
- das Infektionsschutzgesetz (IfSG)
- das Produkthaftungsgesetz
- die Implementierung eines HACCP-Konzepts
- die Umsetzung der Leitlinien zur guten Hygienepraxis wie sie von einschlägigen Dachverbänden erarbeitet wurden
- die regelmäßige Mitarbeiterschulung.

In diesem Rahmen sollte die Anwendung einschlägiger DIN Normen (z. B. 10508 Temperaturen für Lebensmittel, 10526 Rückstellproben in der GV, 10524 Arbeitskleidung, 10514 Hygieneschulung) erfüllt werden.

3.5.2 Kennzeichnungsverordnungen

Zusatzstoffe

Für alle Betriebe der Gemeinschaftsverpflegung gelten die Bestimmungen der Zusatzstoffzulassungsverordnung. Demzufolge sind auf Speiseplänen oder einem gesonderten Aushang die eingesetzten Zusatzstoffe kenntlich zu machen. Die Deklarationspflicht gilt auch für Zusatzstoffe, die in eingekauften Zutaten enthalten sind. Die Ausnahme bilden Zusatzstoffe, die ihre Wirkung bei der Zubereitung verlieren. Bei der Kenntlichmachung müssen Zusatzstoffe den jeweiligen Speisen zuzuordnen sein.

Nährwerte

Eine Pflicht zur Kennzeichnung von Nährstoffen besteht in Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung nicht. Werden die Nährstoffe ausgewiesen, muss dies laut Nährwertkennzeichnungsverordnung wie folgt gestaltet werden:

Einzel aufzuführen sind die Gehalte an

- Energie,
- Protein,
- Fett und
- Kohlenhydraten.

Dabei darf keiner der genannten Nährstoffe bei der Kennzeichnung fehlen. Zusätzlich gekennzeichnet werden kann der Gehalt an

- Zucker,
- gesättigten Fettsäuren,
- Ballaststoffen und
- Natrium.

Dabei darf keiner der genannten Nährstoffe bei der Kennzeichnung fehlen. Sofern die bisher genannten Bestimmungen eingehalten werden, können weiterhin Angaben erfolgen über den Gehalt an

- Stärke,
- mehrwertigem Alkohol,
- einfach und mehrfach ungesättigten Fettsäuren,
- Cholesterol,
- Mineralstoffen und
- Vitaminen.

Gentechnisch veränderte Lebensmittel

Bezieht ein Anbieter kennzeichnungspflichtige gentechnisch veränderte Lebensmittel und gibt sie direkt oder verarbeitet an die Endverbraucher ab, müssen diese mit dem Hinweis „gentechnisch verändert“ oder „aus gentechnisch verändertem ... hergestellt“ auf der Speisekarte oder am Buffet gekennzeichnet werden²⁷.



www.photocase.com | © t2dM

²⁶ Medien mit Informationen zur Umsetzung der hygienischen Anforderungen in die Praxis sind beim aid infodienst erhältlich.
s. www.aid-medienshop.de



4 Gästekommunikation

Bei der Bereitstellung eines optimierten Angebots ist es unerlässlich, die Gäste darüber zu informieren. Durch geeignete Medien und Maßnahmen werden die Gäste bezüglich einer gesundheitsförderlichen Ernährung sensibilisiert und auf das optimierte Angebot aufmerksam gemacht. Eine transparente Kommunikationsstruktur begünstigt außerdem die positive Außenwirkung des Betriebsrestaurants. Im Einzelnen werden folgende Kommunikationsmöglichkeiten empfohlen:

Ausgabepersonal

Das Ausgabepersonal steht in direktem Kontakt mit den Gästen und wird in aller Regel an erster Stelle um Informationen gebeten. Wer mit dem Konzept vertraut ist, kann kompetent und sicher auf Fragen reagieren. Dies setzt voraus, dass das Personal mindestens über die Grundzüge eines nährwertoptimierten Speisenplans sowie über die Grundlagen einer vollwertigen Ernährung und zu warenkundlichen Themen Auskunft geben kann. Zu diesem Zweck muss das Personal geschult werden.

Weiterhin sollte sichergestellt werden, dass das Ausgabepersonal stets freundlich und auskunftsbereit auftritt.

Auslobung von Speisen und ihre Präsentation

Zur besseren Orientierung ist es sinnvoll, die nährwertoptimierten Speisen auch optisch im Speisenplan hervorzuheben. Zum Verständnis und zur Transparenz sollten in diesem Zusammenhang mindestens die Werte für Energie, Protein, Fett und Kohlenhydrate ausgelobt werden. Dies ist unmittelbar an der Ausgabe, am schwarzen Brett, im Intranet oder auf den Speisenplänen möglich und nach den individuellen Gegebenheiten des Betriebsrestaurants zu entscheiden.

Bei Free-Flow-Anlagen ist die plakative Darstellung von „Beispieltellern“ in Auslagen bzw. auf (Bestell-)Tischen eine Möglichkeit, die Portionsgrößen optisch zu demonstrieren. Zusätzlich können entsprechende Vorgaben (z. B. eine Kelle = eine Portion) die Portionierung erleichtern.

In Bezug auf die Auslobung der Speisen im Speisenplan gilt für die vorliegenden Qualitätsstandards folgende Regelung:

Sofern ein Betrieb nicht DGE-zertifiziert ist, kann keine Gewähr auf die korrekte praktische Umsetzung der Qualitätsstandards gegeben werden. In diesem Fall ist jegliche Form der Werbung mit dem Projekt-Logo untersagt. Ausgenommen hiervon sind die Medien in der Kategorie „Gästeinformationen“, die in unveränderter Form von jedem Betrieb frei genutzt werden können.

²⁷ Verordnung (EG) Nr. 1829/2003 des Europäischen Parlaments und des Rates vom 22. September 2003 über gentechnisch veränderte Lebensmittel und Futtermittel s. www.europa.eu/scadplus/leg/de/lvb/l21154.htm. Nach Auffassung der Europäischen Kommission (Bericht an den Rat und das Europäische Parlament über die Durchführung dieser Verordnung vom 25.10.2006) sind verarbeitete oder zubereitete gentechnisch veränderte Lebensmittel, die in Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung konsumiert werden, von dieser Kennzeichnungsvorschrift ausgenommen; diese Aussage ist jedoch nicht verbindlich und wird von den in Deutschland für das Lebensmittelrecht zuständigen Behörden nicht geteilt. Auf Grund dieser Rechtslage und im Sinne der Unterrichtung und des Schutzes des Verbrauchers, der eine sachkundige Wahl treffen können muss, ist der Einsatz gentechnisch veränderter Lebensmittel immer zu kennzeichnen.

Informationsmaterial

Im Tagesgeschäft eines Betriebsrestaurants ist die Zeit der limitierende Faktor, wenn es um die fundierte Vermittlung ernährungsphysiologischer Grundlagen geht. Ein Grundverständnis ist für eine nachhaltige Verhaltensänderung erforderlich. Aus diesem Grund sollten die Gäste regelmäßig durch entsprechende Medien informiert werden. Warenkundliche Informationen zu den angebotenen Speisen, Informationen zum Energieverbrauch oder Hintergründe zu verbreiteten Lebensmittelallergien sind nur einige Beispiele für die Vielfalt an Kommunikationsinhalten. Die Vermittlung des Ernährungswissens kann geschehen über

- passend zum Angebot gestaltete Tischaufsteller,
- Informationsflyer,
- Aushänge am schwarzen Brett vor/in der Kantine und
- das Intranet.

Umgang mit Anregungen der Gäste²⁸

Die Meinung der Gäste liefert gute Hinweise für die Optimierung des Angebots. Ein hohes Maß an Zufriedenheit mit der Auswahl, der Information und dem Service ist eine Voraussetzung für eine starke Kundenbindung, die wiederum in positiven wirtschaftlichen Auswirkungen für den Kantinenbetreiber resultiert.

Ein professioneller Umgang mit Anregungen ist als Teil des Qualitätsmanagements zu sehen und birgt damit die Chance, die angebrachten Vorschläge und/oder Kritikpunkte auszuwerten und für Verbesserungen optimal zu nutzen. Es umfasst daher die Anstrengungen, die ein Betriebsrestaurant im Zusammenhang mit Lob oder Beschwerden ergreift, von der Erarbeitung der Lösungsansätze bis zu ihrer Durchführung und Kontrolle:

- Informationsbeschaffung

Zunächst ist es wichtig, dass unzufriedene Gäste die Chance haben, ihre Meinung auch mitzuteilen. Es müssen entsprechende Möglichkeiten bereitgestellt werden und die Gäste müssen darüber informiert werden. Geeignet sind Gästebücher, Briefkästen oder eine Kontaktadresse im Intranet.

- Informationsannahme

Wird eine Anregung persönlich an einen Mitarbeiter hergetragen, zeugt es von Professionalität, wenn sich dieser persönlich um eine Lösung kümmert. Das kann auch bedeuten, dass er das Anliegen zügig an die zuständige Stelle zur Bearbeitung weiterleitet. Eine Dokumentation sollte in jedem Fall erfolgen.

- Informationsbewertung

Die neutrale Auswertung der Informationen ist unabdingbar für den Verbesserungsprozess. Die Angaben aus den zuvor beschriebenen Erhebungen eignen sich, um die Wirkung der eigenen Arbeit, des Service und des Angebots zu überprüfen. Zweckmäßig ist die Bestimmung von Verantwortlichen, Bearbeitungsfristen sowie Kontrollmechanismen zur Einhaltung des internen Prozesses. Für die angemessene Reaktion ist es wichtig festzulegen, welche Lösung dem Gast angeboten und wie diese kommuniziert werden soll.

Ein funktionierendes Auswertungssystem sollte auf eine Ursachenanalyse abzielen, z. B. Häufungen und Problembereiche definieren, um daraus Handlungskonsequenzen abzuleiten. Es ist unabdingbar, dass Verbesserungen und Veränderungen zeitnah, verbindlich und kulant durchgeführt werden. Ein Controlling und Reporting runden den Prozess ab.

²⁸ nach Strauss, B.: Beschwerdemanagement. In: Gabler Wirtschaftslexikon, 15. Auflage, Gabler Verlag, Wiesbaden 2000



5 Anhang

Der Anhang enthält die Darstellung aller Garmethoden. Den einzelnen Garverfahren werden beispielhaft Lebensmittel zugeordnet und die einzelnen Methoden ernährungsphysiologisch bewertet. Weiterhin wird die Umsetzung der Referenzwerte für die Betriebsgastronomie für Berufstätige mit höherer körperlicher Aktivität beschrieben.

5.1 Garmethoden in der Gemeinschaftsverpflegung

Bei den Garmethoden kann prinzipiell zwischen den so genannten feuchten und trockenen Verfahren unterschieden werden. Oberstes Prinzip bei der Wahl eines Verfahrens ist es, die jeweilige Speise so fettarm und nährstoffschonend (kurze Garzeiten, wenig Wasser) wie möglich zuzubereiten.

Tabelle 6: Garmethoden in der Gemeinschaftsverpflegung

Garmethode	Beispiele für Lebensmittel	Ernährungsphysiologische Bewertung ²⁹
Feuchte Garmethoden		
Kochen Garen in Flüssigkeit bei Temperaturen um 100 °C	geeignet für • Gemüse in Eintöpfen und Suppen • stärkehaltige Lebensmittel: Reis, Kartoffeln und Teigwaren	<ul style="list-style-type: none"> • Verwendung von Öl/Fett nicht erforderlich • bis zu 60 % Vitaminverlust, sofern Garflüssigkeit nicht verwendet wird
Pochieren Garen in Flüssigkeit bei Temperaturen unterhalb des Siedepunkts bei 75 °C - 95 °C	geeignet für • Fleisch • Fisch • Eier	<ul style="list-style-type: none"> • Verwendung von Öl/Fett nicht erforderlich • geringerer Vitaminverlust als beim Kochen
Dämpfen/Dünsten Garen in Wasserdampf bei Temperaturen um 100 °C	geeignet für • Fisch • Gemüse • Kartoffeln	<ul style="list-style-type: none"> • nährstoffschonend • Vitaminverlust zwischen 10 und 25 %
Schmoren Braten und anschließendes Kochen in wenig Flüssigkeit	geeignet für • Fleisch, z. B. Gulasch oder Roulade • Fisch • Gemüse, z. B. gefülltes Gemüse	<ul style="list-style-type: none"> • Erhalt von Vitaminen und Mineralstoffen gewährleistet, wenn Kochflüssigkeit weiter verwendet wird • nährstoffschonend • Vitaminverlust zwischen 10 und 12 %
Dampfdruckgaren Garen, Regenerieren im Dampfdrucktopf bzw. Steamer bei 105 °C - 120 °C	geeignet für • Fleisch, z. B. Gulasch oder Roulade • Fisch • Gemüse	<ul style="list-style-type: none"> • vergleichbar mit Dämpfen und Dünsten • kurze Garzeit • Vitaminverlust zwischen 5 und 10 %
Mikrowelle Garen mit elektromagnetischen Wellen	• geeignet zum Auftauen und Erwärmen von Lebensmitteln und Speisen in kleinen Portionen	<ul style="list-style-type: none"> • kurze Garzeit • Vitaminverlust zwischen 5 und 25 %
Trockene Garmethoden		
Rösten Garen im Ofen und/oder in der Pfanne bei 140 °C - 200 °C	geeignet für • Fleisch • Fisch • Gemüse • Kartoffeln • Eier	<ul style="list-style-type: none"> • zusätzliche Fettzufuhr beim Garen z. T. nicht erforderlich • bei zusätzlicher Fettzufuhr ist der Gesamtfettanteil der Speisen zu berücksichtigen • Vitaminverlust zwischen 10 und 47 % • Acrylamidbildung³⁰
Grillen Garen durch Strahlungs- oder Kontakthitze	geeignet für • Fleisch • Fisch • Gemüse • Kartoffeln • Obst	<ul style="list-style-type: none"> • Austritt von Fett • Vitaminverlust zwischen 10 und 12 % • Acrylamidbildung³⁰
Backen Garen in trockener Hitze bei Temperaturen um 120 °C - 250 °C	geeignet für • Teige • Kartoffeln	<ul style="list-style-type: none"> • geringer Nährstoffverlust in der Flüssigkeit • Vitaminverlust zwischen 10 und 12 % • Acrylamidbildung³⁰

²⁹ Der angegebene Vitaminverlust bezieht sich auf die Vitamine C, B₁, B₂ und B₆.

³⁰ Um die Höchstmenge nicht zu überschreiten, sollten Produkte mit hohem Acrylamidgehalt nur selten verzehrt werden. Insbesondere für stark geröstete Kartoffelgerichte wie Bratkartoffeln und Pommes frites gilt die Faustregel „vergoldene, nicht verkohlene“, s. www.dge.de > Ernährung > Weitere Themen > Lebensmittelsicherheit > Acrylamid – Expositionsabschätzung

(Fortsetzung Tabelle 6)

<p>Braten Garen in heißem Öl bei 140 °C - 190 °C</p>	<p>geeignet für</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fleisch • Fisch • Schalentiere • Gemüse • Kartoffeln 	<ul style="list-style-type: none"> • kein Verlust von wasserlöslichen Vitaminen • energiereich durch hohe Fettabsorption • Vitaminverlust zwischen 7 und 10 % • Acrylamidbildung³⁰
<p>Frittieren Garen im Fettbad bei 160 °C - 170 °C</p>	<p>geeignet für</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fleisch • Gemüse • Kartoffeln • Obst 	<ul style="list-style-type: none"> • energiereich durch hohe Fettabsorption • Vitaminverlust zwischen 7 und 10 % • Acrylamidbildung³⁰

5.2 D-A-CH-Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr in der Betriebsverpflegung

Tabelle 7: Umsetzung der D-A-CH-Referenzwerte¹¹ für die Betriebsgastronomie (19 - 65 Jahre), PAL 1,6 (z. B. Laborant/in, Kraftfahrer/in, Fließbandarbeiter/in)

	Mittagessen 20 : 30 : 50
Energie (kcal)/(kJ) ¹³	817/3418
Protein (g)	≤ 41
Fett (g)	≤ 27
Kohlenhydrate (g)	≥ 102
Ballaststoffe (g)	≥ 10
Vitamin E (mg) ¹⁴	5
Vitamin B ₁ (mg)	0,4
Vitamin B ₂ (mg)	0,5
Folat (µg)	133
Vitamin C (mg)	33
Calcium (mg)	333
Magnesium (mg) ¹⁴	117
Eisen (mg) ¹⁴	5
Jod (µg)	67





Tabelle 8: Umsetzung der D-A-CH-Referenzwerte¹¹ für die Betriebsgastronomie (19 - 65 Jahre), PAL 1,8 (z. B. Verkäufer/in, Kellner/in, Mechaniker/in, Handwerker/in)

	Mittagessen 20 : 35 : 45
Energie (kcal)/(kJ) ¹³	917/3837
Protein (g)	≤ 46
Fett (g)	≤ 36
Kohlenhydrate (g)	≥ 103
Ballaststoffe (g)	≥ 10
Vitamin E (mg) ¹⁴	5
Vitamin B ₁ (mg)	0,5
Vitamin B ₂ (mg)	0,6
Folat (µg)	133
Vitamin C (mg) ¹⁴	33
Calcium (mg)	333
Magnesium (mg) ¹⁴	117
Eisen (mg) ¹⁴	5
Jod (µg)	67



Impressum

Herausgeber:

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE)
Godesberger Allee 18
53175 Bonn
www.dge.de

gefördert durch das Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV)

Konzeption, Text und Redaktion:

DGE, Referat Gemeinschaftsverpflegung und Qualitätssicherung,
Projekt „Job&Fit – Mit Genuss zum Erfolg!“:
Dr. Margit Böls, Roswitha Girbardt, Katharina Goerg, Holger Pfefferle, Hans-Hermann Schmid-Georg, Esther Schnur
in Zusammenarbeit mit Prof. Ulrike Arens-Azevêdo und Dr. Ute Brehme

In Zusammenarbeit mit dem Expertengremium „Qualitätsstandards für die Betriebsverpflegung“ vertreten durch

Dr. Volkmar Braun
(BAD Gesundheitsvorsorge und Sicherheitstechnik GmbH)

Roland Brück
(Compass Group Deutschland GmbH)

Dr. Torsten Dickau
(Nestlé Professional GmbH Service Center)

Gudrun Groos
(BAD Gesundheitsvorsorge und Sicherheitstechnik GmbH)

Prof. Dr. Hans Hauner
(Else-Kröner-Fresenius-Zentrum für Ernährungsmedizin)

Thomas Kisters
(Reisner & Frank GmbH Ingenieure und Unternehmensberater)

Dr. Jörg Kramer
(Dr. Oetker Nahrungsmittel KG)

Birgit Leuchtmann-Wagner
(Deutsche BKK Wolfsburg)

Sarah Müller
(Compass Group Deutschland GmbH)

Ursula Peus
(Aramark Holdings GmbH & Co. KG)

Dr. Cornelia Pfau
(Max-Rubner-Institut)

Dr. Astrid Potz
(BMELV)

Klaus Reisner
(Reisner & Frank GmbH Ingenieure und
Unternehmensberater)

Rainer Roehl
(a'verdis – Roehl & Dr. Strassner GbR)

Burkart Schmid
(Deutscher Fachverlag/gv-praxis)

Manfred Schotthöfer
(BASF Aktiengesellschaft)

Bernd Schwang
(BMELV)

Gestaltung:

satzzeichen! Werbeagentur, Siegburg
www.satzzeichen.eu

Druck:

KPL Team, Siegburg
www.kpl-team.de

Bestellung:

Die vorliegende Broschüre ist gegen eine Versandkostenpauschale beim DGE-ProjektService erhältlich
Telefon: 0228 90926-14
Telefax: 0228 90926-17
E-Mail: info@dge-projekt-service.de
Internet: www.dge-projekt-service.de

Informationen und kostenloser Download der Broschüre sowie weiterer Medien unter www.jobundfit.de

Nachdruck – auch auszugsweise – sowie Weitergabe mit Zusätzen, Aufdrucken oder Aufklebern nur mit Genehmigung durch den Herausgeber gestattet. Die Inhalte sind von der DGE sorgfältig erwogen und geprüft, dennoch kann eine Garantie nicht übernommen werden. Eine Haftung des Herausgebers für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

Eine Auslobung bzw. Werbung in Bezug auf die Qualitätsstandards ist ausschließlich mit einer Zertifizierung durch die DGE gestattet.

© DGE Bonn, 1. Auflage 2008

Ernährungswissen für den Job auf einen Klick:
www.jobundfit.de

Stets aktuell informiert die Homepage des Projekts „Job&Fit – Mit Genuss zum Erfolg!“ über Wissenswertes zur idealen Ernährung am Arbeitsplatz. Sie richtet sich an Berufstätige und Verantwortliche der Betriebsverpflegung gleichermaßen.

Für Betriebsleiter, Küchenchefs und alle anderen, die sich in ihrem Unternehmen für eine optimierte Verpflegung einsetzen, bietet die Rubrik „Praktische Tipps für Betriebe“ umfangreiche Hilfestellung. Das Highlight ist die Rezeptdatenbank: Per Suchmaschine kann zwischen Vorspeisen, Hauptgängen und Desserts gewählt oder ein Rezept über die Zutatensuche ermittelt werden.

Berufstätige finden neben den Grundlagen einer vollwertigen Ernährung vor allem berufsspezifische Empfehlungen. Ob Büroangestellte, Schicht- oder Bauarbeiter – hier sind für verschiedene Berufsgruppen individuelle Ernährungsinformationen zusammengestellt.

Informationen rund um das DGE-Projekt „Job&Fit – Mit Genuss zum Erfolg!“, das Projektangebot und die Kontaktdaten des Teams ergänzen die Rubriken.



www.jobundfit.de