



Sektion
Baden-Württemberg
der Deutschen
Gesellschaft
für Ernährung e. V.
DGE-BW e.V.

Vernetzungsstelle
Kita- und
Schulverpflegung
Baden-Württemberg



Schule ist coolinarisch

Tag der Schulverpflegung

am 15.11.2018

Hinweise für die Küche

Sehr geehrte Küchenleitung, sehr geehrte Köchin, sehr geehrter Koch, sehr geehrter Caterer, sehr geehrtes Mensa-Team,

nach einem erfolgreichen Tag der Schulverpflegung 2017 mit über 450 teilnehmenden Schulen freuen wir uns, in diesem Jahr den 10. Tag der Schulverpflegung ankündigen zu dürfen. Er wird in Baden-Württemberg am 15. November 2018 stattfinden. Auch in diesem Jahr sind die Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung Baden-Württemberg und die Sektion Baden-Württemberg der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. im Rahmen der Initiative „Machs Mahl“ des Landes Baden-Württemberg wieder die Veranstalter. Das Ziel des landesweiten Aktionstages ist es, die Mensa positiv zu kommunizieren und gesundheitsfördernde Angebote mit viel Spaß zu verbinden.

Einen Schwerpunkt des Aktionstages bilden wie gewohnt unsere landesweiten Herbstgerichte. Unsere besondere Auswahl an Menüvorschlägen entspricht in einem Hauptgericht der Nährstoffzusammensetzung des DGE-Qualitätsstandards für die Schulverpflegung (Informationen unter www.schuleplusessen.de). Aus der nährstoffoptimierten Berechnung resultieren teilweise ungerade Mengenangaben, da die Nährstoffvorgaben nur so eingehalten werden können.

Damit den Bedürfnissen der verschiedenen Altersgruppen der Schüler nachgekommen werden kann, gibt es jeden Vorschlag für die Hauptgerichte zweimal: einmal für die Primar- und einmal für die Sekundarstufe. Der Hauptunterschied liegt in der unterschiedlichen Menge von Einzelkomponenten. Dies ist bei der Ausgabe zu beachten. Zur besseren Übersicht haben wir die Unterschiede der Gerichte in der angehängten Tabelle zusammengefasst.

Unsere Vorschläge für eine Vorspeise und einen passenden Nachtisch können nach Bedarf das Hauptgericht zu einem Menü ergänzen.

Es ist uns bewusst, dass Sie in Ihrem Alltag die Gerichte eventuell anders zubereiten. Aufgrund der individuell verschiedenen Zubereitungen und Zutaten können wir Ihnen leider die Deklaration der Allergene nicht abnehmen.

Lassen Sie uns gemeinsam die Schulverpflegung für einen Tag in den Mittelpunkt des Schullebens stellen. Nur durch Sie kann es in ganz Baden-Württemberg am Tag der Schulverpflegung ein einheitliches Angebot in den Mensen geben und so auch die Aufmerksamkeit der Medien auf die Schulmensen gelenkt werden.

Die Rezepte, Ideen für die Pausenverpflegung und weitere Mitmach-Angebote finden Sie unter www.dge-bw.de in der Rubrik Tag der Schulverpflegung.

Für viele von Ihnen ist der Tag der Schulverpflegung schon ein fester Bestandteil des Mensaangebotes. Bitte senden Sie uns dennoch den angehängten Rückmeldebogen zurück. Gerne stellen wir Ihnen Material in Form von Plakaten und Postkarten auch in größeren Mengen zur Verfügung.

Bei Fragen oder Anregungen können Sie sich gerne an uns wenden.

Viele Grüße



Corinna Grätsch

Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung Baden-Württemberg
DGE-BW

Fabrikstr. 6 73728 Esslingen

Tel: 0711/230652-60 Fax: 0711/230652-80 E-Mail: www.dge-bw.de

Unterschiede der Menüs - Angaben pro Person

<p>Vorspeise</p> <p>Bunte Grünkernsuppe</p>	<p>Primar- & Sekundarstufe:</p> <p>200 ml/Portion</p>
<p>Hauptgericht 1– mit Fleisch</p> <p>Rindsragout mit Tomaten und Karotten an Dinkelvollkornspätzle und Kohlrabi-Gemüse</p>	<p>Primarstufe: Ca. 230 g Rindsragout, 140 g gekochte Dinkelvollkornspätzle und 80 g Kohlrabi</p> <p>Sekundarstufe: Ca. 290 g Rindsragout, 165 g gekochte Dinkelvollkornspätzle und 100 g Kohlrabi</p>
<p>Hauptgericht 2 – vegetarisch</p> <p>Linsenbolognese an Penne mit Parmesan</p>	<p>Primarstufe: Ca. 200 g Linsenbolognese, 150 g Penne und 5 g Parmesan</p> <p>Sekundarstufe: Ca. 270 g Linsenbolognese, 180 g Penne und 7 g Parmesan</p>
<p>Hauptgericht 3 – mit Fisch</p> <p>Seelachsfilet mit Kartoffelkruste an Karotten-Lauch-Gemüse</p>	<p>Primarstufe: Ca. 300 g Seelachsfilet, ca. 120 g Karotten-Lauch-Gemüse und ca. 80 g Tomatensoße</p> <p>Sekundarstufe: Ca. 400 g Seelachsfilet, ca. 150 g Karotten-Lauch-Gemüse und ca. 80 g Tomatensoße</p>
<p>Dessert</p> <p>Schokoladencreme mit Birne</p>	<p>Primar- & Sekundarstufe: Ca. 100 g Schokoladencreme mit 50 g Obst</p>

Hinweise zu den Rezepten

Bitte beachten Sie:

- Verpflegen Sie eine größere Anzahl von Tischgästen (>100 Personen) kann eine Anpassung von Fettmenge und Bindung erforderlich sein. Dadurch verändern sich die Nährwertangaben, jedoch i. d. R. nicht in dem Maße, dass sich die Nährstoffoptimierung der Wochenspeisenpläne außerhalb der vorgegebenen Grenzen bewegt.
- Die Mengenangaben zu Kartoffeln und Gemüse beziehen sich auf die geputzte Rohware, die zu Nudeln und Spätzle auf das Trockengewicht.
- Sollten Sie keine Dinkelvollkornspätzle beziehen oder selbst herstellen können, passen alternativ Bandnudeln gut zum Rindsragout.
- Zur Zubereitung des vegetarischen Gerichts ‚Linsenbolognese‘ kann statt Möhren und Porree auch eine Brunoise-Gemüsemischung (500 g – prim. /650 g – sek.) verwendet werden.
- Anstelle von Seelachs kann auch ein anderer Weißfisch aus nicht überfischem Bestand eingesetzt werden.
- Um eine Verfärbung der Birnenstücke zu vermeiden, diese zügig unter die Schokocreame mischen. Die Birnenstücke zur Dekoration zuvor in Zitronenwasser einlegen.
- Salzen Sie sparsam und verwenden Sie jodiertes Speisesalz!

Wir danken allen Caterern, die die Rezepte für uns probegekocht haben und Frau Susanne Pöschko vom Schlossgymnasium Künzelsau zusätzlich für die Bereitstellung von Rezeptideen an denen wir uns teilweise für die Rezeptentwicklung orientiert haben.