



## Drei Menüs pro Tag, 5 Tage pro Woche

Kriterien für drei Menüs (GV) bzw. Tagesgerichte (Gastronomie)						
Angebot	Kriterien je Häufigkeit der Verpflegung					
	3 Menüs 5 Tage pro Woche	Woche/Datum	Woche/Datum	Woche/Datum	Woche/Datum	Woche/Datum
<b>SPEISEPLANKOMPONENTEN</b>						
<b>Suppenangebot</b>	mind. die Hälfte der angebotenen Suppen sind Gemüsesuppen					
<b>Vegetarische Gerichte</b>	mind. 4x pro Woche					
<b>Fleisch-/Wurstgerichte</b>	max. 7x pro Woche					
davon magere Fleisch-/Wurstgerichte in fettarmer Zubereitung	mind. 3x pro Woche					
<b>Fischgerichte</b>	Mittags: mind. 1x/Woche Abends: mind. 2x/Monat					
<b>Süße Hauptgerichte</b>	eigenes Menü möglich					
Obstanteil roh/gegart	bei jedem süßen Hauptgericht					
Anteil an Milch/Milchprodukten	mind. 2x pro Woche					
Vollkomanteil	mind. 25 %					
<b>Nachspeisen (nur mittags gültig)</b>	mind. 1x pro Tag; bei externer Verpflegung (5 Tage pro Woche): mind. 3x pro Woche					
davon (Frisch)Obst	mind. 2x pro Woche; bei externer Verpflegung (5 Tage pro Woche): mind. 1x pro Woche					
davon Milch/Milchprodukt	mind. 2x pro Woche; bei externer Verpflegung (5 Tage pro Woche): mind. 1x pro Woche					
Kuchen/Torten	max. 2x pro Woche					
Vollkomanteil	mind. 25 %					



Kriterien für drei Menüs (GV) bzw. Tagesgerichte (Gastronomie)					
Angebot	Kriterien je Häufigkeit der Verpflegung				
	3 Menüs 5 Tage pro Woche	Woche/Datum	Woche/Datum	Woche/Datum	Woche/Datum
Frittiertes/Paniertes/in Fett Herausgebackenes	max. 2x pro Woche				
Kalorienfreie bzw. -arme Getränke	täglich				
Menüwiederholung	keine Menüwiederholung innerhalb von 2 Wochen				
Menüfolge	mindestens 2 Gänge				
<b>PRODUKTKOMPONENTEN</b>					
Gemüse	täglich (wenn Vollverpflegung, dann mittags und abends)				
Hülsenfrüchte	mind. 7x pro Monat				
Vollkorngetreide und/oder Pseudogetreide (anteilig)	mind. 7x pro Monat				
Milch und Milchprodukte	mind. 1 Milchprodukt, das regelmäßig in Verwendung ist (weiße Palette) in fettarmer Variante, bei Vollverpflegung: zusätzlich 1 fettarmer Käse				
Vollkornbrot, -gebäck	täglich (wenn im Angebot)				
Nüsse und Samen	mind. 5x pro Monat				
Speisesalz und Kräuter	Speisesalz immer jodiert, tägliche Verwendung von Kräutern				
Fette und Öle	Pflanzenöle als Standard für die Zubereitung				
<b>WEITERE ANGEBOTE (WENN VORHANDEN)</b>					
Externe Verpflegung (z.B. Kindergarten, Schule, Essen auf Rädern, ...)	es gilt die Checkliste mit den entsprechenden Verpflegungstagen und der Menüanzahl der Gemeinschaftsverpflegung				