

Qualitätsstandards für die Betriebsverpflegung

(kig) Das Angebot einer gesundheitsförderlichen, vollwertigen Ernährung in Betrieben zu ermöglichen, ist das wesentliche Ziel der ersten bundesweiten Qualitätsstandards für die Betriebsverpflegung [1] (Abb. 1). Diese wurden am 10. März auf dem Deutschen Kongress für Gemeinschaftsverpflegung in Hamburg der Öffentlichkeit präsentiert. Die Standards entstanden im Auftrag des Bundesministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz im Rahmen des Projekts „Job&Fit – Mit Genuss zum Erfolg!“. Sie wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) in Zusammenarbeit mit Experten aus Praxis, Industrie und Wissenschaft erstellt.

Hintergrund und Zielsetzung

Die Betriebsverpflegung in Deutschland hat sich über die Jahrzehnte durch gesellschaftliche, wirtschaftliche und technische Entwicklungen stark verändert. Während in der Nachkriegszeit die quantitativen Aspekte im Vordergrund standen, sind es heute die qualitativen; aus einfachen Kantinen wurden gästeorientierte Personalrestaurants, die den veränderten Lebens- und Ernährungsgewohnheiten der Arbeitnehmer Rechnung tragen. Vor dem Hintergrund einer gesundheitsförderlichen Ernährung als Grundlage für individuelle Leistungsfähigkeit und Produktivität kommt der Betriebsverpflegung heute eine entscheidende Rolle zu. Die vorliegenden Standards richten sich daher an Führungskräfte, Personalvertreter, Küchenleiter und alle anderen am Entscheidungs- und Umsetzungsprozess beteilig-

ten Personen eines Unternehmens. Ziel ist es, das Angebot 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 dies zu erreichen und gleichzeitig die Eigenverantwortung der Gäste zu stärken, umfassen die vorliegenden Standards Empfehlungen für gesundheitsförderliche Alternativen im Gesamtangebot. Zusätzlich werden Vorgaben für mindestens eine Menülinie genannt, die besondere Anforderungen an eine nährstoffoptimierte Verpflegung erfüllt.

Im Folgenden werden einige Aspekte der Standards kurz vorgestellt. Die vollständigen Qualitätsstandards für die Betriebsverpflegung stehen unter www.jobundfit.de zum Herunterladen bereit oder können gegen eine Versandkostenpauschale unter www.dge-projektservice.de bestellt werden.

Gestaltung der Betriebsverpflegung

Das Verpflegungsangebot im Betrieb ist so zu gestalten, dass Berufstätige immer aus zahlreichen gesundheitsförderlichen Lebensmitteln bzw. Speisen auswählen können. Dies gilt sowohl für die warme Mittagsmahlzeit als auch für die angebotene 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. Darüber hinaus wird eine nährwertoptimierte Menülinie (z. B. als „Job&Fit-Menülinie“) angeboten.

Mindeststandards auf Basis bestimmter Lebensmittel

Die Grundlage für die nachfolgenden Empfehlungen bildet die dreidimensionale Lebensmittelpyramide. Die Empfehlungen zu den Lebensmitteln, die sich auf den einzelnen Pyramidenflächen befinden, werden auf die Betriebsverpflegung übertragen. Im Gesamtangebot müssen bestimmte gesundheitsförderliche Lebensmittel bzw. Speisen ergänzend zum bestehenden Angebot immer enthalten sein.

In der Gruppe der *pflanzlichen Lebensmittel* bedeutet dies, dass frisches Stückobst, Gemüse als Rohkost (z. B. als Bestandteil des Salatbuffets), gegartes frisches oder tiefgekühltes Gemüse sowie



Abb. 1 ▲ Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung stellte kürzlich die ersten bundesweiten Qualitätsstandards für die Betriebsverpflegung vor (Cover: DGE e. V.)

Tab. 1 Umsetzung der D-A-CH-Referenzwerte für die Betriebsgastronomie (19 – 65 Jahre), PAL 1,4 (z. B. Büroangestellte)

Energie/Nährstoffe	Mittagessen
Energie (kcal/kJ)	717/2999
Protein (g)	≤ 36
Fett (g)	≤ 24
Kohlenhydrate (g)	≥ 90
Ballaststoffe (g)	≥ 10
Vitamin E (mg)	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)	117
Eisen (mg)	5
Jod (µg)	67

Nüsse und Samen (z. B. als Topping für Salate) angeboten werden. Darüber hinaus muss das Angebot Kartoffeln (z. B. Salz- oder Pellkartoffeln) und Vollkorngetreideprodukte wie Vollkornreis und Vollkorn Teigwaren enthalten.

Für den Bereich der *tierischen Lebensmittel* gilt: Das Fleisch muss mager sein. Hier bieten sich z. B. Rindfleisch aus der Hüfte oder der Oberschale, Schweinefleisch aus der Nuss oder Oberschale sowie Hähnchenbrust bzw. Putenschnitzel an. Milch sowie Naturjoghurt oder Fruchtjoghurt sollen einen maximalen Fettgehalt von 1,5% aufweisen; Quark nicht mehr als 20% Fett i. Tr. und Hart-/Schnittkäse max. 45% Fett i. Tr. Eben-

falls in das Angebot integriert werden soll Seefisch aus nicht überfischten Beständen (erkennbar z. B. am MSC-Zertifikat).

Zur Speisenzubereitung sollen bevorzugt folgende *Fette und Öle* verwendet werden: Raps-, Walnuss-, Oliven- und Sojaöl.

Das *Getränke*-Angebot soll Trinkwasser und/oder Mineralwasser sowie Fruchtsaftchorlen (1 Teil Saft, 2 Teile Wasser) und energiearme Erfrischungsgetränke umfassen.

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 (formloser Antrag beim Bundesamt für Verbraucherschutz, www.bvl.bund.de) in der Gemeinschaftsverpflegung einsetzbar ist, wird empfohlen.
- Gerichte, in denen Alkohol enthalten ist, sind entsprechend zu deklarieren.

Über die aufgeführten Anforderungen hinaus müssen für die Ausgestaltung einer nährwertoptimierten Menülinie mindestens einmal pro Woche Hülsenfrüchte, z. B. als Salat oder Eintopf, angeboten werden. Verarbeitete Fleischprodukte wie Wurst, Wurstwaren sowie Hackfleisch sol-

len maximal zweimal pro Woche, gedünsteter, gedämpfter oder pochierter Fisch mindestens einmal pro Woche angeboten werden. Zudem ist Rapsöl als Standardöl zum Backen, Braten, Kurzbraten und Frittieren zu verwenden. Schmalz soll nur zur Zubereitung spezifischer Gerichte wie Rotkohl oder Sauerkraut genutzt werden. Panierte Menükomponenten sollen maximal zweimal pro Woche angeboten werden.

Mittagsverpflegung auf Basis der D-A-CH-Referenzwerte

Die nährstoffbasierten Standards für die Mittagsverpflegung beziehen sich auf mindestens eine Menülinie. Sie ergeben sich aus den D-A-CH-Referenzwerten für die Nährstoffzufuhr. Für die Gemeinschaftsverpflegung werden diese durch den so genannten Drittelansatz umgesetzt. Dies bedeutet, dass die Mittagsmahlzeit im Durchschnitt von vier Wochen jeweils ein Drittel der täglich empfohlenen Nährstoffmenge enthalten soll. 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 (■ **Tab. 1**).

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

Um in der Mittagsverpflegung die angegebenen Richtwerte und vor allem die Nährstoffrelation zu erreichen, wurden Portionsmengen zur Orientierung festgelegt. ■ **Tab. 2** zeigt, wie häufig Lebensmittel in welcher Portionsmenge in einem 5-Tage-Wochenspeisenplan anzubieten sind.

Bei der gesamten Speisenplanung 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.

Praxisbeispiel

Bandnudeln mit Bohnengemüse der Provence

Zutaten für 10 Personen:

1,2 kg Bandnudeln, 1 l Gemüsebrühe, 2 kg grüne Bohnen (tiefgekühlt), Jodsalz, 10 g Knoblauch, 30 g Kräuter (Oregano, Thymian, Basilikum frisch oder getrocknet), 80 ml Rapsöl, 200 g Tomaten (getrocknet), 0,5 kg Zwiebeln

Zubereitung:

Nudeln kochen und mit 30 ml Öl vermengen. Zwiebel-Knoblauch-Würfel im restlichen Öl dünsten. Brühe, aufgetaute Bohnen, Kräuter und Tomatenstreifen zugeben und etwa 10 Minuten dünsten. Nudeln mit dem Gemüse vermengen.

Inhaltsstoffe pro Portion:

453 kcal, 16,8 g Protein, 11,3 g Fett, 69,7 g Kohlenhydrate



Tab. 2 Häufigkeiten und Mengeneempfehlungen für die Mittagsverpflegung in der Betriebsgastronomie bezogen auf 5 Wochentage (die angegebenen Mengen sind dabei als Durchschnittswerte zu verstehen)

Lebensmittel	Häufigkeit	Portionsmenge in g
Fleisch, gegart	1–2	100
Seefisch, gegart	1	150
Vegetarische Gerichte (Bsp.):	2–3	
- Eintopf	1	500
- Gemüseauflauf/Gratin	1	500
- Getreidebratling	1	150
Gemüse/Salat	7	
- Gemüse, gegart (2 Port. im Auflauf bzw. Eintopf)	4	200
- Blattsalat und Rohkost	3	100
Stärkekomponente	5	
- Kartoffeln, gegart (2 Port. im Auflauf bzw. Eintopf)	3	200
- Reis, gegart	1	180
- Teigwaren, gegart	1	250
Dessert	5	
- Milchspeise	3	150
- Obst (roh oder gegart)	2	150
Zubereitungsfett (Rapsöl)	5	10

- Die Speisen auf dem Speisenplan sind eindeutig zu bezeichnen. 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 Speisekomponenten sind der Saison angepasst.

Weitere Anforderungen

Neben den in Auszügen vorgestellten Mindeststandards für die lebensmittel- und nährstoffbasierte Gestaltung der Mittagsverpflegung, enthalten die Qualitätsstandards entsprechende für die Zwischenverpflegung. Darüber hinaus werden Mindestanforderungen für den Einsatz von Convenience-Produkten genannt. So sol-

len dabei beispielsweise ernährungsphysiologische, sensorische, ökologische und ökonomische Aspekte abgewogen werden. Um eine ausgewogene und vielfältige Ernährung zu sichern, sind (Voll-)Convenience-Produkte immer mit frischen Lebensmitteln zu kombinieren. Darüber hinaus gibt es Empfehlungen für das richtige Getränkeangebot am Arbeitsplatz. Werden die Standards eingehalten, erreicht man eine gute Speisenqualität mit allen vier nachfolgend aufgeführten Verpflegungssystemen: Mischküche, Tiefkühlsystem, Cook & Chill, Warmverpflegung.

Ein weiteres Kapitel widmet sich den betrieblichen Rahmenbedingungen im Hinblick auf ökologische Aspekte, Hygiene. Personalqualifikation und rechtliche Bestimmungen. Abschließend wird auf die Gästeinformation und -kommunikation eingegangen. Im Anhang werden Garmethoden der Gemeinschaftsverpflegung dargestellt. Ihnen werden jeweils beispielhaft Lebensmittel zugeordnet und die einzelnen Methoden ernährungsphysiologisch bewertet.

Quelle

1. Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) e. V. (Hrsg) (2008) Qualitätsstandards für die Betriebsverpflegung, http://www.jobundfit.de/fileadmin/user_upload/Qualitaetsstandards_fuer_die_Betriebsverpflegung.pdf. Zugriff: 27.03.2008

Hier steht eine Anzeige.