

Heute schon gesnackt?

In Thüringen wird in nahezu allen allgemeinbildenden Schulen ein warmes Mittagessen angeboten. Während es an über 95 Prozent der Thüringer Grundschulen ein warmes Mittagessen gibt, sieht es in den weiterführenden Schulen eher schlecht aus. Denn etwa ab der 7. Klasse suchen Schüler*innen zunehmend häufiger nach anderen Alternativen zum klassischen Tellergericht und greifen zu Snacks. Damit liegen sie, gerade wenn es sich dabei um Nudelgerichte, Sandwiches, Burger, Salatschüsseln oder Suppengerichte to go handelt, voll im Trend. Auch im Berufsalltag wird deutlich öfter zu Snacks gegriffen als bisher. Dabei meinen diese kleineren Zwischenmahlzeiten schon längst nicht mehr nur Chips und Pommes oder Müsli- und Schokoriegel. Der Anspruch an diese Mahlzeiten ist durchaus hoch,

denn Gesundheit, Genuss und Nachhaltigkeit stehen auch hier hoch im Kurs. Hanni Rützler hat dazu in ihrem Food-Report (2020) einen spannenden Beitrag veröffentlicht und prägt den Begriff „Snackification“. Schon allein dieser hat uns neugierig gemacht, zu schauen, was sich dahinter verbirgt und uns dazu inspiriert das Thema Zwischenverpflegung in diesem Online-Magazin aufzugreifen. Denn die kleinen Häppchen zwischendurch können durchaus eine vollwertige Versorgung für den Schulalltag sein – auf ihre Zusammensetzung kommt es an.

Genießen Sie die besinnliche Zeit zum Jahresende.

Ihre Alexandra Lienig

Leiterin der Vernetzungsstelle Schulverpflegung Thüringen

2/21

IN DIESEM HEFT:

Snackification

Aus der Schnelllebigkeit und Flexibilität unseres Alltags geht ein Trend hervor, den US-Amerikaner so schön als „Snackification“ beschreiben.

Seite 2

Interview mit Lotta Morawek

Wir haben mit der Referentin für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit bei der Landesschülervertretung Thüringen (LSV) gesprochen.

Seite 6

Individuelle Beratung vor Ort

Orientiert an den fünf Schulamtsbereichen stellen wir, die Vernetzungsstelle Schulverpflegung Thüringen, in jeder Region einen Ansprechpartner zur Verfügung.

Seite 8

HERAUSGEGEBEN VON:



vernetzungsstelle
schulverpflegung
thüringen

IN TRÄGERSCHAFT VON:



GEFÖRDERT DURCH:



Snackification

Der Spruch „Der Mensch ist, was er isst“ scheint heute bedeutsamer denn je. Unsere Esskultur befindet sich im Wandel, angetrieben von der gesellschaftlichen Entwicklung der letzten Jahrzehnte. Unser Essverhalten passt sich zwangsläufig dem Rhythmus unseres Alltagslebens an, welches zunehmend schneller, mobiler und flexibler wird. Hieraus entstehen unter anderem Food-Trends, die unsere Esskultur mal mehr, mal weniger nachhaltig beeinflussen (Food Report 2020).

Aus der Schnellebigkeit und Flexibilität unseres Alltags geht ein Trend hervor, den US-Amerikaner so schön als „Snackification“ beschreiben. Hiermit verbunden ist der Wandel der traditionellen Mahlzeitengestaltung hin zu hochwertigen und gesunden Snacks oder Minimahlzeiten. Snacks sind heutzutage mehr als die schnelle kleine süße oder salzig fettige Versuchung zwischendurch. Sie dienen als vollwertiger Mahlzeitenersatz, der durchaus auch international inspiriert sein kann und jederzeit sowie örtlich flexibel verfügbar ist. Dabei kann jede Art von Speise zu einem Snack werden. Schaut man auch einmal über den Tellerrand hinaus beispielsweise in andere Länder, eröffnen sich neue Geschmacksvielfalten und alternative Zubereitungsarten. Angelehnt an Bowls, Ramen, Wraps oder Burger, können angepasst an die jeweiligen Settings leckere und ausgewogene Minimahlzeiten entstehen.

Die neue Art zu essen kommt neben dem Handel und der Gastronomie langsam auch in der schulischen Gemeinschaftsverpflegung an. Hier stellen wir schon lange fest, dass sich insbesondere ältere Schüler*innen nicht mehr mit der traditionellen Schulverpflegung zufriedengeben. Dies spiegelt sich mit Blick auf die weiterführenden Schulen in geringen Essenteilnehmerzahlen der Schulklassen wieder. Unsere Schulbefragungen und praktischen Erfahrungen in den Einrichtungen zeigen ebenso den Wunsch der Schüler*innen nach coolen Snacks, die man ortsungebunden mit Freunden verzehren kann. Gerade Mädchen der jungen Generation ist es dabei wichtig, dass die Lebensmittelauswahl nachhaltige und gesundheitsförderliche Aspekte mit berücksichtigt. Gut durchdacht und eingebettet in die Mittagsverpflegung, kann mit einem ausgewogenen Snackangebot das

i Bowls, Ramen und Wraps

Bowls

Als Bowl bezeichnet man Gerichte, bei denen alle Zutaten in eine Schüssel kommen. Man benötigt praktisch keine Pfannen oder Töpfe, da das Gericht direkt in der Schüssel zubereitet wird.

Ramen

Ramen sind – ebenso wie etwa Somen, Soba und Udon – japanische Weizennudeln. Auch die daraus hergestellte Nudelsuppe wird Ramen genannt. Ursprünglich stammt das Gericht aus China, wurde aber im 19. Jahrhundert von der japanischen Küche übernommen, angepasst und weiterentwickelt.

Wraps

Ein Wrap ist ein dünnes, mit einer Füllung zu einer Rolle gewickelt Fladenbrot. Ursprung ist die Tex-Mex-Küche, weshalb als Hülle häufig Tortillas verwendet werden.

Essenangebot der Schule aufgewertet werden. Dabei muss das innovative „Fast Food“ einer gesundheitsförderlichen Verpflegung nicht im Wege stehen. Im Gegenteil, kreativ aufgepeppt mit frischem Gemüse und Vollkornprodukten, kann jeder Snack oder jede Minimahlzeit zu einem Augen- und Gaumenschmaus werden.

Seien Sie mutig sowie kreativ und überraschen Sie Ihre Schüler*innen mit Ihrem schuleigenem gesunden „Fast Food“.

Weitere Informationen und Anregungen zu Snackangeboten finden Sie auf unserer [Homepage](#). (KB)



Ramen (AdobeStock_294340968)



Baguette (AdobeStock_87560921)



Bruschetta (AdobeStock_270335149)



Pita (AdobeStock_281487757)



Wraps (AdobeStock_156446291)



Bowl (AdobeStock_171920001)

DGE-Empfehlung zur Zwischenverpflegung / Snackangebote

Frühstück und Zwischenverpflegung sind wichtige Bausteine einer ausgewogenen Ganztagsverpflegung in Schulen. Sie sind für die Aufrechterhaltung der Leistungsfähigkeit ebenso wichtig wie zur Nährstoffversorgung der Schülerinnen und Schüler. Daher sollte die Zwischenverpflegung auf die Mittagsversorgung abgestimmt sein und diese im besten Fall ergänzen. Der neue Qualitätsstandard der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE 2020) bietet hier ebenso Hilfestellung und Vorgaben zu Lebensmittelhäufigkeiten wie für die Mittagsverpflegung. Dabei ist es egal, wer die Zwischenverpflegung anbietet und wo sie eingenommen wird. Die Empfehlungen gelten sowohl für Schulen, Essenanbieter, Kioskbetreiber als auch für die selbstbestückte Brotdose.

Um ein umfassendes Bild zu erlangen und das Angebot flexibel gestalten zu können, wird im DGE-Standard die gesamte Zwischenverpflegung in den Blick genommen. Die angegebenen Häufigkeiten, die sowohl wöchentlich

als auch täglich aufgeführt sind, können damit auf maximal drei Mahlzeiten aufgeteilt werden (Frühstück + 2 Zwischenmahlzeiten).

Kiosk- und Snackangebote

Um zu vermeiden, dass ein Kiosk- oder Cafeteria-Angebot zu süß, salzig oder fettig ist und damit den Zielen einer gesundheitsfördernden Schulverpflegung entgegensteht, ist es sinnvoll, dieses an das Mittagsangebot der Schule anzupassen. Dafür kann auf die breite Vielfalt kalter und/oder warmer Speisen sowie kalorienarmer Getränke zurückgegriffen werden. Wie das Angebot aussehen soll, kann beispielsweise in einer Mensarunde diskutiert werden. Die Umsetzung lässt sich anschließend gut in einem Verpflegungskonzept festhalten.

Insbesondere für Schülerinnen und Schüler der Sekundarstufe ist ein klassisches warmes Mittagessen als Teil

Lebensmittelgruppe	Neuer Standard (inkl. Änderung)
Getreide/-produkte	Mind. 2x täglich; davon mind. die Hälfte davon Vollkornprodukte
Gemüse und Salat	Mind. 1x täglich; davon mind. 3x Rohkost pro Woche
Obst	Mind. 2x täglich; davon mind. 2x Nüsse/Ölsaaten (ungesalzen) pro Woche
Milch/-produkte	Mind. 2x täglich; Fettstufen erweitert (z.B. Milch und Joghurt bis 3,8 % Fett, Käse max. 30 % Fett absolut)
Fleisch/Wurst, Eier	Max. 2x Fleisch/Wurst pro Woche; keine genauen Angaben für Ei
Fette und Öle	Rapsöl ist Standardfett; Walnuss-, Lein-, Oliven-, Sojaöl; Margarine aus den genannten Ölen
Getränke	Wasser; Ungesüßte Früchte- und Kräutertees

► **Tabelle 1:** Die Tabelle gibt einen Überblick der Lebensmittelhäufigkeiten für Frühstück und Zwischenverpflegung über 5 Verpflegungstage (pro Schüler).

i Konzept für Schulkiosk

Ein **Konzept** für die Beratung und Begleitung von Schulkiosken hat die Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung in Sachsen-Anhalt im Rahmen eines zweijährigen IN FORM-Projektes erstellt. Mit dem vorliegenden Coaching-Konzept wird ein „Fahrplan“ vorgestellt, an dessen Ende die neuen Rezepte im regulären Schulkioskbetrieb erstmals zubereitet und angeboten werden können. Es richtet sich vorrangig an externe Fachberater für Schülerfirmen, Ernährungsberater/-innen etc., die schülerbetriebene Schulkioske temporär begleiten, ist aber ggf. auch anwendbar für das schulinterne pädagogische Personal, das für den Schulkiosk verantwortlich ist. Welche gesunden Snacks trotz einiger Hürden im Schulkiosk schnell und unkompliziert zubereitet werden können und Jugendlichen schmecken, können Sie [hier](#) nachlesen.

langericht häufig nicht attraktiv genug. Sie versorgen sich eher in der Umgebung bei Supermärkten, Bäckern oder Fastfood-Läden. Die Attraktivität der Mittagsverpflegung kann durch ein modernes Snackangebot, welches die Wünsche der Schüler*innen berücksichtigt, gesteigert werden. Hierbei spielt die selbstbestimmte Wahl eines schnellen Snacks ebenso eine Rolle, wie die Möglichkeit das Essen mit Freunden gemeinsam an einem selbstgewählten Ort verzehren zu können.

Das IN FORM-Projekt Schule + Essen = Note 1 hat verschiedene kalte und warme Snack-Rezepte entwickelt, die auch die Nährwerte berücksichtigen. Außerdem wurde eine Broschüre erstellt, in der Kriterien für ein gesundheitsförderndes Snackangebot definiert werden.

Zeitgleich sollte immer auch das Thema Verpackung mitgedacht werden. Empfehlungen für eine nachhaltige Ausgabe des Snackangebotes sind ebenfalls auf www.schuleplusessen.de zu finden.

Brauchen Sie Hilfe bei der Umstellung oder dem Aufbau ihres Angebotes, wenden Sie sich jederzeit gern an vernetzungsstelle@vzth.de. (KB)

► **Abbildung 1:** Frühstücksposter mit Praxisbeispielen für eine gesunde Zwischenverpflegung



Interview Landesschülervertretung Thüringen (LSV)

Die Vernetzungsstelle Schulverpflegung Thüringen berät, informiert und vernetzt die unterschiedlichen Akteure in diesem Themenbereich. Aktuell stehen wir vor der großen Herausforderung, die neuen Vorgaben im Freistaat zu kommunizieren und deren Umsetzung zu begleiten. In dem Zusammenhang interessiert uns auch der Blick der Schülerinnen und Schüler. Wir freuen uns daher über das Interview mit Lotta Moraweck. Sie ist Referentin für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit bei der Landesschülervertretung Thüringen (LSV).

Die LSV hat sicher jede Menge Themen, die im Jahr bearbeitet werden wollen. Das Schulessen ist mit Sicherheit auch unter den Lernenden ein gewisser Dauerbrenner?! Welche Fragen und Rückmeldungen begegnen Ihnen dazu öfter?

Ich denke, dass manchem Schüler noch immer in gewisser Weise die kulinarische Abwechslung fehlt. Aber auch dahingehend habe ich gute Rückmeldungen mitbekommen. Oft gibt es jetzt sogar schon vegane Möglichkeiten, neben der vegetarischen und der „normalen“ Variante. Jeder kann also selbst entscheiden, was er isst und das ist auch sehr gut und wichtig so, weil das (Schul-)Essen besonders wichtig ist. Daher sollte es für jeden etwas geben, egal wie er sich ernähren möchte.

Thüringen hat auf dem Weg, das Kita- und Schulessen zu verbessern, ernährungswissenschaftliche Qualitätsstandards verbindlich vorgegeben. Damit wurde gleichzeitig auch der Weg für mehr Nachhaltigkeit geebnet. So wird unter anderem zukünftig das Angebot deutlich vegetarischer und Fleischgerichte werden eher eine geringe Rolle spielen. Aber auch Bio, Saisonalität, die Vermeidung der Lebensmittelverschwendung erhalten mehr Raum. Sind das auch Themen, die unter den Schülerinnen und Schülern diskutiert werden?

Besonders bei uns jungen Menschen ist das Thema Nachhaltigkeit, Umweltschutz und sicher auch Vermeidung der Lebensmittelverschwendung etc. ein Punkt, mit dem sich die meisten schon beschäftigt haben. Ich würde auch behaupten, dass fast jeder eine Person im Freun-



► **Abbildung 2:** Lotta Moraweck, Referentin für Presse und Öffentlichkeitsarbeit bei der LSV.

deskreis hat, die sich mit all dem mehr beschäftigt hat und deswegen immer mal wieder eine Diskussion entsteht. Ich denke, besonders diese Menschen unterstützen diese Umstellungen beim Schulessen dann sehr.

Der Fleischatlas 2021 zeigt, dass sich die jungen Menschen immer häufiger vegetarisch oder vegan ernähren. Begegnen Ihnen diese Entwicklung auch in Ihrer Schule bzw. bei den Mitgliedern der LSV?

Auf jeden Fall. Ich selber bin jetzt seit fast 3 Jahren Veganerin und die restlichen Jahre davor war ich immer Vegetarierin. Ich habe diese Entwicklung also selber sehr gut mitverfolgen und erfahren können. Ich finde, es gibt immer mehr (junge) Menschen, die sich mit ihrer Ernährung auseinandersetzen und oft auch zum Vegetarismus oder sogar Veganismus kommen, auch wenn sie es nur für einen Zeitraum ausprobieren. Das kann verschiedene Gründe haben. Manche kommen durch den Umweltschutz zu diesen Einstellungen, andere durch den Tierschutz, manche aber auch durch gesundheitliche Gründe oder ähnliches.

In diesem Heft haben wir uns das Thema Zwischenverpflegung / Snackification herausgegriffen. Snackification als ein Trend flexibler, genussvoller und gesunder Mini-Mahlzeiten. Egal ob Burger, Bowls, Joghurt-Cups, Obstsalate to go, Sandwiches, Pastagerichte. Wären das Ideen, mit denen man Schüler*innen wieder für das Essen in der Schule begeistern könnte?

*Ich denke schon. Umso schneller und leichter zu essen, um so besser. So würde ich es jedenfalls sagen. In der Schule wollen viele in den Pausen auch noch Zeit mit ihren Freunden verbringen und da kommt ein schneller Snack für zwischendurch, der aber auch gut satt macht, genau richtig. Das ist besonders für ältere Schüler*innen sicher wichtig.*

Welche Angebote würden Sie denn gern in den Schulen sehen, von denen Sie sagen würden, dass dann gerade auch ältere Schülerinnen und Schüler sicher wieder öfter mitessen?

Dazu kann ich Ihnen leider nichts sagen, da ich dazu noch keine Anregungen gehört habe.

Mal in die Zukunft geschaut: Wie würde aus Ihrer Sicht oder aus Sicht der LSV die attraktive Schulverpflegung aussehen?

Aus meiner Sicht sind wir auf einem guten Weg zur noch attraktiveren Schulverpflegung. Wie gesagt ist für mich persönlich sehr wichtig, dass es vegane Möglichkeiten gibt und da vielleicht auch nicht nur Gemüse, sondern auch gute Ersatzprodukte, damit man nicht mit seinem „Grünzeug“ seinen Freunden zugucken muss, wie sie ihr Schnitzel essen, sondern selber ein veganes „Schnitzel“ hat. Dadurch würden vielleicht auch andere diese Alternativen probieren. Natürlich sollte auch Fleisch in gewissem Maße weiter angeboten werden, aber eben aus nachhaltiger, kontrollierter und angemessener Haltung. Es sollte weiter viel Wert auf Nachhaltigkeit und Umweltschutz gelegt werden.

Eine Frage zum Schluss. Nehmen Sie selbst noch in der Schule am täglichen Mittagessen in der Mensa teil und warum bzw. warum nicht?

Ich selber nehme nicht mehr am Schulessen teil, weil es mit meiner veganen Ernährung früher etwas schwieriger war. Jetzt wäre es für mich schon kein Problem mehr, etwas gutes Veganes in der Mensa essen zu können, aber ich habe mich einfach daran gewöhnt, mit meinen Freunden draußen zu bleiben.

Vielen Dank für das Interview, Lotta Moraweck. (AL)

Foodreport 2020

Ernährungswissenschaftlerin & Foodtrendforscherin Hanni Rützler ist dafür bekannt, den Wandel unserer Esskultur umfassend wahrzunehmen, aber auch unscheinbare Veränderungen zu registrieren und richtig einzuordnen. Dabei hat sie nicht nur den deutschsprachigen und europäischen Raum im Blick, sondern weltweite Entwicklungen. Im Foodreport 2020 richtet Sie ihren Fokus auf vier Schwerpunkte, die unsere Esskultur, die Lebensmittelproduktion und den Handel in Zukunft nachhaltig prägen werden. Den Foodreport 2020 können Sie [hier](#) kostenpflichtig herunterladen.



Individuelle Beratung vor Ort



► **Abbildung 3:** Die Schulamtsbezirke Thüringens¹

Eine gelungene Schulverpflegung braucht engagierte Akteur*innen, die Ideen und Konzepte entwickeln, umsetzen und sie langfristig im Blick behalten. Wir können Sie dabei im Prozess begleiten oder auch nur bei Einzelfragen unterstützen.

Wie kann das konkret aussehen?

Schulträger begleiten und beraten wir als Vernetzungsstelle bei der Erstellung der Leistungsbeschreibung, der Entwicklung von Verpflegungskonzepten und im Bereich Qualitätssicherung und Kommunikation. Zudem können wir Empfehlungen beim Bau oder der Sanierung von Schulmensen geben. Natürlich können auch Schulen und Eltern an uns herantreten. Hier beginnen wir meist mit einer umfassenden Analyse der aktuellen Verpflegungssituation, inklusive einem Speiseplancheck oder einer Schallpegelmessung. Diese liefert die Grundlage für eine individuelle Begleitung.

Bei allen Möglichkeiten verfolgen wir stets das Ziel einer wertschätzenden Kommunikation, damit gemeinsam eine nachhaltige und attraktive Schulverpflegung vor Ort oder in der Region gelingt.

Um den Austausch und die Dokumentation innerhalb einzelner Runden zu erleichtern, nutzen wir zukünftig die Onlineplattform „[Unser Schulessen](#)“. Über diese kann unter anderem hervorragend die Entwicklung sichtbar gemacht werden. Als kleine Zugabe hält sie für Schulen auch Anregungen zur pädagogischen Arbeit bereit.

Orientiert an den fünf Schulamtsbereichen Thüringens stellen wir in jeder Region einen Ansprechpartner zur Verfügung, der die Schulen, Eltern, Essenanbieter und/oder Schulträger begleitet und unterstützt. Alle Fragen und Anliegen können so jederzeit an die [Vernetzungsstelle Schulverpflegung](#) oder die*den konkrete*n Mitarbeiter*in gerichtet werden. (KB)

¹ Thüringer Landesamt für Statistik, www.statistik.thueringen.de, Stand 01.01.2019

- **Region Mittelhüringen**
(Landkreis Sömmerda, kreisfreie Stadt Erfurt, kreisfreie Stadt Weimar, Landkreis Weimarer Land)

Alexandra Lienig | A.Lienig@vzth.de
0361 5551423

- **Region Nordthüringen**
(Landkreis Eichsfeld, Landkreis Nordhausen, Unstrut-Heinich-Kreis, Kyffhäuserkreis)

Franziska Schattke | F.Schattke@vzth.de
0361 5551426

- **Region Ostthüringen**
(kreisfreie Stadt Jena, Saale-Holzland-Kreis, Saale-Orla-Kreis, kreisfreie Stadt Gera, Landkreis Greiz, Landkreis Altenburger Land)

Mike Ogorsolka | M.Ogorsolka@vzth.de
0361 5551448

- **Region Südthüringen**
(Landkreis Schmalkalden-Meiningen, kreisfreie Stadt Suhl, Landkreis Hildburghausen, Landkreis Sonneberg, Landkreis Saalfeld-Rudolstadt)

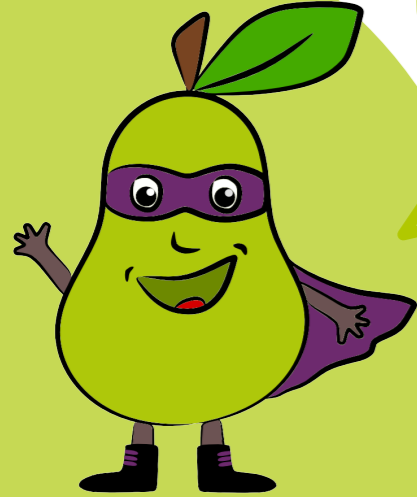
Adrienne Neumann (aktuell Elternzeitvertretung durch Alona Viets) | A.Viets@vzth.de
0361 5551446

- **Region Westthüringen**
(kreisfreie Stadt Eisenach, Wartburgkreis, Landkreis Gotha, Ilmkreis)

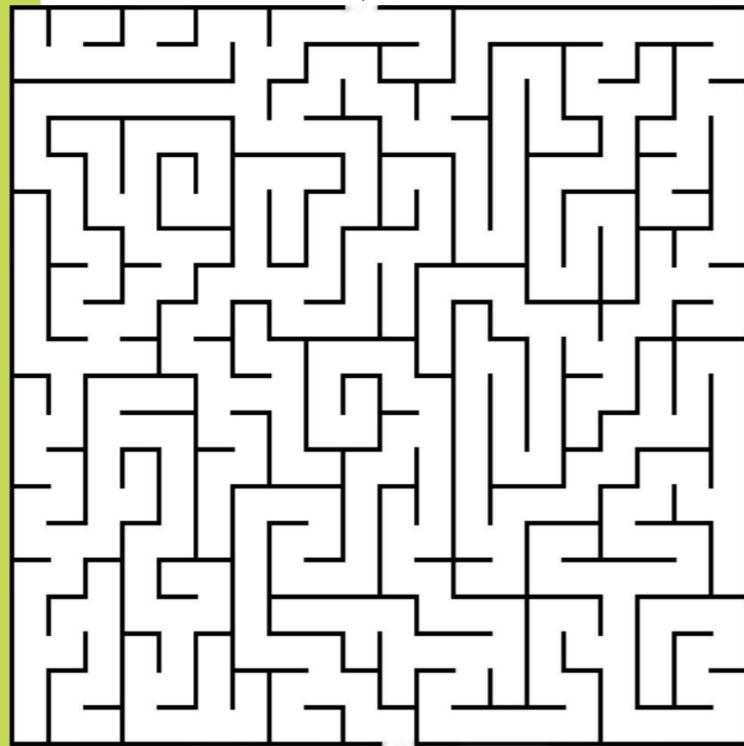
Katharina Berg | K.Berg@vzth.de
0361 5551424



► **Abbildung 4:** Das Team der Vernetzungsstelle Schulverpflegung Thüringen (v.l.n.r.: Alexandra Lienig, Franziska Schattke, Mike Ogorsolka, Adrienne Neumann, Katharina Berg, nicht im Bild: Alona Viets)



Halli Hallo!
In der Schule freue ich mich am meisten auf die Frühstückspause, denn dann kann ich mein selbstgemachtes Pausenbrot essen. Soll ich euch verraten, wie ich es am liebsten belege? Zuerst nehme ich eine Scheibe frisches Vollkornbrot und streiche dünn Frischkäse darauf. Danach belegte ich mein Brot mit knackigem Salat, einer Tomatenscheibe und frischer Kresse! Mh, lecker!



Labyrinth

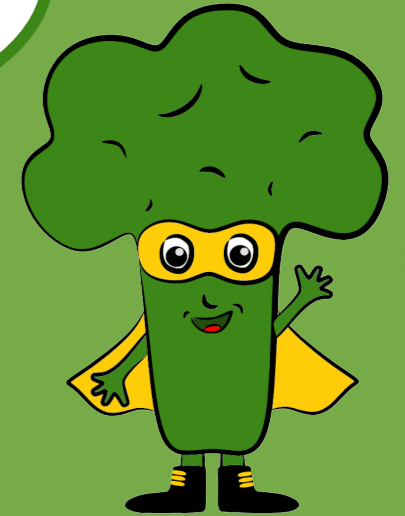
Pünktlich um 09:30 Uhr klingelt die Schulglocke zur Frühstückspause. Aber oh nein, was ist denn da im Ranzen passiert? Das leckere Schulbrot ist aus der Brotdose gefallen. Findest du den Weg durch das Labyrinth und kannst das Schulbrot wieder zurück in die Brotdose legen?



Weihnachtsplätzchen

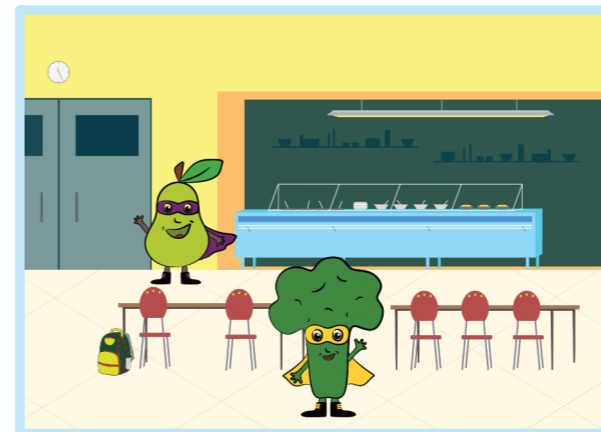
- 500 g Mehl
- 250 g Zucker
- 250 g Margarine
- 2 Eier
- 1 Messerspitze Vanille
- 1 Päckchen Backpulver

Hallo! In der Adventszeit habe ich ganz viele verschiedene Plätzchenrezepte ausprobiert und möchte euch heute mein Lieblingsrezept verraten. Probiert es doch mal aus, es ist ganz einfach! Und das Dekorieren macht am Ende besonders viel Spaß.



Fehlersuche

Frieda und Karl verbringen die Mittagspause am liebsten gemeinsam in der Schulumensa. Kannst du im zweiten Bild die eingeschlichenen 7 Fehler finden?



→ Überarbeitung des vegetarischen Speiseplans

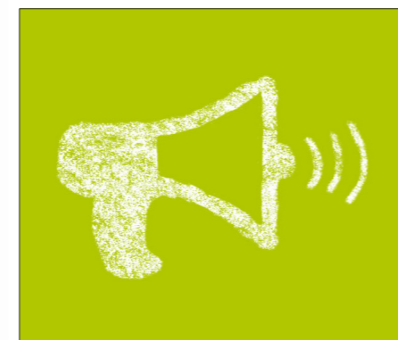
DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG	
Hand 1	Hand 2	Hand 1	Hand 2	Hand 1	Hand 2
Naturals-Pflanzl. Burger	Bratkartoffeln	Tortelloni mit Champignons	Tortelloni mit Champignons	Spirali mit Gemüse-Ragout	Kichererbsen-Sandwich Curry
Wurstsalat	Bratensauce	Spargel mit Kartoffeln	Spargel mit Kartoffeln	Obstsalat mit Zitrone	Obstsalat mit Zitrone
Salat	Salat	Salat	Salat	Salat	Salat

Nicht zuletzt seit dem neuen DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung stehen vegetarische Gerichte auch beim Schulessen ganz hoch im Kurs. Zusammen mit der Grafikerin Claudia Zech aus Erfurt haben wir unseren vegetarischen Speiseplan optisch überarbeitet. Ab sofort kann er in der neuen Version auf unserer [Homepage](#) heruntergeladen werden.

→ Schulwettbewerb „Echt kuh-l!“

Der bundesweite Schulwettbewerb "Echt kuh-l!" des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) startet in die neue Runde. Schülerinnen und Schüler der Klassen 3 bis 10 aller Schulformen sind eingeladen, mitzumachen. Diesmal dreht sich alles um Hülsenfrüchte. Unter dem Motto "Kichern Erbsen? Nicht die Bohne! – Starke Eiweißhelden." sollen Kinder und Jugendliche die Zusammenhänge von nachhaltiger Landwirtschaft und umweltgerechter Ernährung entdecken und verstehen. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt – alles ist möglich: Songs, Filme, Spiele, Projektstage, Ausstellungsexponate und vieles mehr.

→ Jetzt neu: Schallpegel-Check



Ist die Lautstärke im Speiseraum so hoch, dass man sich kaum versteht, wird die Mittagspause eher als unangenehm empfunden. Mit unserem [Online-Workshop](#) können Sie sich die Anwendung des Schallpegel-Gerätes und die Auswertung anschaulich und praxisnah aneignen. Auf unserer [Homepage](#) stellen wir Ihnen die nötigen Materialien und das Know-how zur Verfügung damit die Qualität des Schulessens in Thüringen kontinuierlich weiterentwickelt wird

INFOOD - DAS ONLINEMAGAZIN DER VERNETZUNGSSTELLE SCHULVERPFLEGUNG THÜRINGEN HEFT 2 | DEZEMBER 2021 | 2. JAHRGANG

IMPRESSUM

Herausgeber
 Vernetzungsstelle Schulverpflegung Thüringen
 c/o Verbraucherzentrale Thüringen e.V.
 Eugen-Richter-Straße 45
 99085 Erfurt
 Tel.: (0361) 555 14 24
 Fax: (0361) 555 14 40
www.schulverpflegung-thueringen.de | vernetzungsstelle@vzth.de

Texte:
 Alexandra Lienig (AL)
 Katharina Berg (KB)
 Mike Ogorsolka (MO)
 Franziska Schattke (FS)

Lektorat:
 Katrin Braun

Bildnachweis:
 Sofern nicht direkt am Bild gekennzeichnet, liegen sämtliche Bild- und Urheberrechte bei A. Neumann und F. Schattke, Verbraucherzentrale Thüringen e.V.

Gestaltung/Satz:
 Adrienne Neumann, Franziska Schattke

16. - 18. März 2022
59. Wissenschaftlicher Kongress der DGE

„Der Kopf isst mit – Zusammenspiel von Ernährung und Gehirn!“, das ist das Thema des nächsten [Wissenschaftlichen Kongresses der Deutschen Gesellschaft für Ernährung](#). Wie auch in diesem Jahr wird die Veranstaltung digital stattfinden. Die DGE veranstaltet den Kongress in Kooperation mit dem Institut für Ernährungswissenschaft der Universität Potsdam.

TIPP **Kostenlose Fortbildungen für Pädagog*innen**

Das BZfE bietet kostenlose materialbezogene [Fortbildungsmöglichkeiten](#) für (angehende) Lehrer*innen aller Schulformen an und erweitert diese laufend. Ob Grundschule oder Sekundarstufe 1, ob Web- oder Präsenzfortbildung - suchen Sie sich das Passende heraus.

i **Zu wenig Zeit für das Mittagessen**

In einer Querschnittsstudie haben Wissenschaftler*innen die Rahmenbedingungen des Mittagessens an australischen Grundschulen untersucht. Ziel war es u.a. herauszufinden, ob die Pausenzeit zum Essen ausreichend ist. Die meisten Kinder haben nur 10 Minuten Zeit, ihr Mittagessen zu essen – mit Konsequenzen für ihr Ernährungsverhalten. [Hier](#) können Sie nähere Informationen nachlesen.

