

# INFOOD

## ONLINEMAGAZIN

1/24

### KENNZEICHNUNG BEI LEBENSMITTELN – WIE UND WAS

Lebensmittelallergien und -unverträglichkeiten sind bei Kindern immer häufiger zu beobachten. Hat ein Kind eine Allergie oder Unverträglichkeit, stehen die Familien zum Teil vor größeren Herausforderungen. Oft sind die jeweiligen Lebensmittel strikt zu vermeiden, weil manchmal schon kleinste Spuren zu Reaktionen führen können. Eine sorgfältige Kennzeichnung macht es den betroffenen Kindern und Familien deutlich leichter und ermöglicht ihnen auch die Teilnahme am Mittagessen in der Schule. Zum Warum, Wie und Was

finden Sie in unserer aktuellen Ausgabe wieder kompakte Informationen. Nicht zuletzt möchte ich Ihnen noch meine Kollegin Franziska Schattke vorstellen, die aus der Elternzeit zurück ist und mein Team wieder bereichert. Sie ist für alle Anliegen aus Nordthüringen die richtige Ansprechpartnerin. Außerdem warten wichtige Termine zum Vormerken und andere interessante Informationen auf Sie.

Viel Spaß beim Lesen,  
Ihre Alexandra Lienig

### IN DIESEM HEFT:

#### NACHGEFRAGT

Drei Fragen zum Thema Kennzeichnung von Speisen an die Lebensmittelüberwachung des Landratsamtes Nordhausen.

Seite 2

#### RICHTIG KENNZEICHNEN

Eine Schritt-für-Schritt-Anleitung zeigt, wie man zubereitete Speisen eindeutig mit Allergenen und Zusatzstoffen kennzeichnet.

Seite 3

#### ESSEN OHNE GLUTEN

Menschen mit Zöliakie müssen sich lebenslang glutenfrei ernähren. Wie schwierig das sein kann, berichtet Peter Wark von der Deutschen Zöliakie-Gesellschaft.

Seite 8

HERAUSGEGEBENEN VON:



vernetzungsstelle  
schulverpflegung  
thüringen

IN TRÄGERSCHAFT VON:



GEFÖRDERT DURCH:



# NACHGEFRAGT

## DREI FRAGEN AN DIE LEBENSMITTELÜBERWACHUNG

Wie müssen zubereitete Speisen gekennzeichnet werden? Wie wird das kontrolliert? Und wie geht es nach der Prüfung weiter? Wir haben nachgefragt bei Frau Dr. Katrin Dittrich aus dem Fachgebiet Lebensmittelüberwachung des Landratsamtes Nordhausen.

**Welche Regeln beziehungsweise welche Vorschriften gibt es bei der Allergen- und Zusatzstoff-Kennzeichnung bei Lebensmitteln, insbesondere in der Schulverpflegung?**

Zusatzstoffe und Allergene müssen in Speise- und Getränkekarten sowie auf Aushängen zu jedem Lebensmittel oder jeder zubereiteten Speise bereitgestellt werden. Bei der Schulverpflegung werden, vor allem bei der Mittagsverpflegung, Lebensmittel ausgegeben, die von Lieferanten, in der Regel Großküchen, an die entsprechenden Essenausgabestellen in die Schulen geliefert werden. Der Lieferant muss die entsprechende Zusatzstoff- und Allergen Kennzeichnung als Informationsschreiben dem Essen beifügen. Meist finden die Essenbestellungen in den Schulen auch online statt. Die Eltern und Kinder sind bei Online-Bestellungen vor Kaufabschluss zu den in den Gerichten enthaltenen Allergenen und Zusatzstoffen zu informieren. Die Angaben können in Fußnoten oder direkt an der jeweiligen Speise genannt werden: zum Beispiel Schnitzel - enthält glutenhaltiges Getreide, Ei, Milch.

Direkt bei der Essensausgabe darf auch in mündlicher Form über Zusatzstoffe und Allergene informiert werden, wenn die Angaben den Kindern auf deren Nachfrage vor Übergabe des Lebensmittels mitgeteilt werden. Anhand eines Aushangs ist an gut sichtbarer Stelle, deutlich und gut lesbar darauf hinzuweisen, dass die erforderlichen Angaben mündlich bereitgestellt werden und eine schriftliche Aufzeichnung auf Nachfrage zugänglich ist.

Gastronomen müssen bei der Erstellung der Allergen- und Zusatzstofflisten die Zutatenverzeichnisse der einzelnen verwendeten verpackten Lebensmittel auf das Vorhandensein von Allergenen und Zusatzstoffen prüfen. Alle verpackten Lebensmittel müssen eine Zutatenliste auf ihrem Etikett tragen. Darin müssen alle Zutaten, auch

Zusatzstoffe und Allergene, eines Lebensmittels aufgeführt werden. Für die Gastronomie ist vor allem die Kennzeichnung eine große Herausforderung. Immerhin sind 14 Hauptallergene und 320 Zusatzstoffe zu beachten.

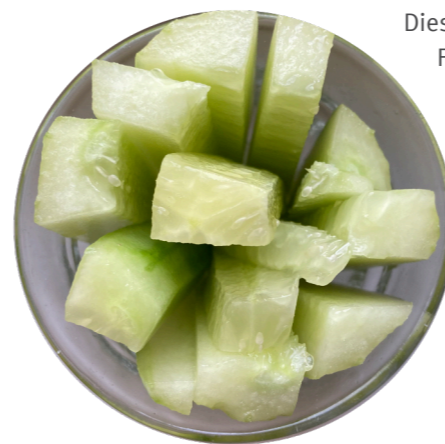
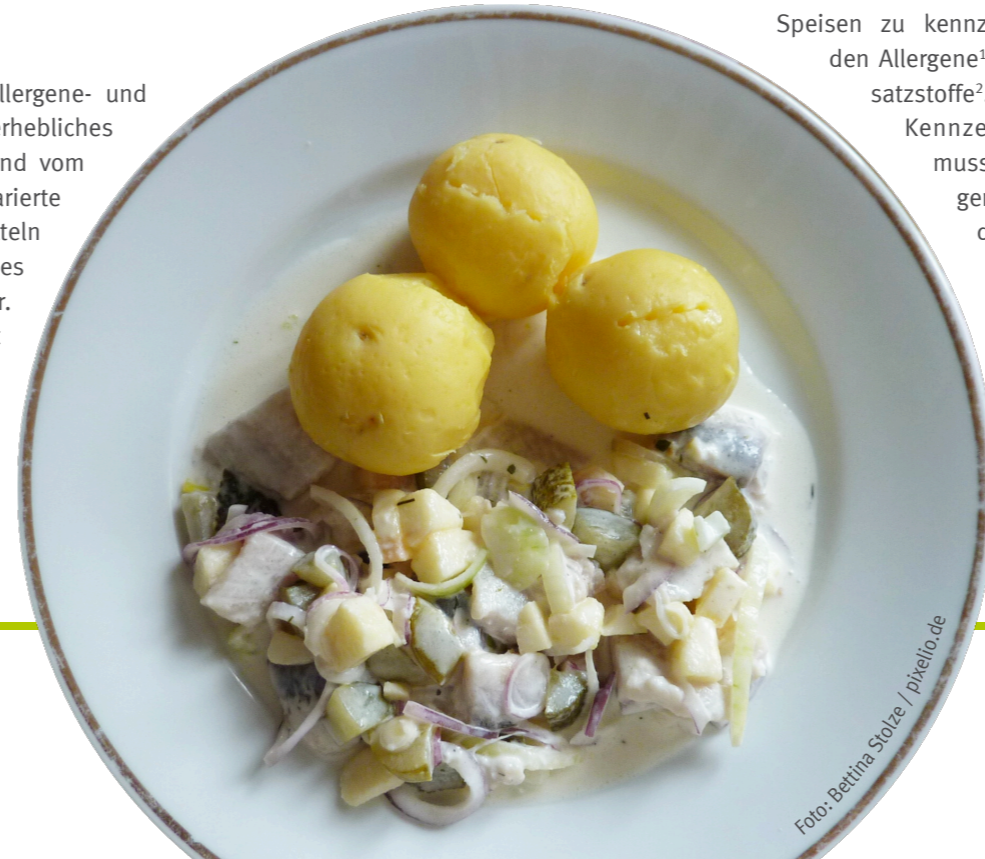
### Wie überprüfen Sie diese Vorschriften?

Jeder Betrieb wird je nach Risiko der hergestellten Lebensmittel regelmäßig in jeweils festgelegten Intervallen kontrolliert. Auch die Essenausgabestellen oder Küchen in Schulen werden entsprechend der vorgegebenen Frequenzen kontrolliert. Bei den Plankontrollen werden die Kennzeichnungsvorschriften der angebotenen Lebensmittel, insbesondere auch die Allergen- und Zusatzstoffkennzeichnung entsprechend der verwendeten Deklarationen der Einzelzutaten überprüft. Es werden regelmäßig Proben entnommen und diese auf das Vorhandensein nicht gekennzeichnete Allergene oder Zusatzstoffe geprüft. Ebenso im Verdachtsfall oder bei Beschwerden durch besorgte Bürgerinnen und Bürger.

### Was passiert nach der Prüfung?

Nicht ausgewiesene oder fehlerhafte Allergene- und Zusatzstoffkennzeichnungen stellen ein erhebliches Gesundheitsrisiko dar. Diese Mängel sind vom Betrieb sofort zu beheben. Für nicht deklarierte Allergene- und Zusatzstoffe in Lebensmitteln ist der Gastronom im Falle des Falles verantwortlich und somit auch haftbar. Solche Produkte werden vom Markt zurückgerufen, das heißt sie dürfen nicht mehr verkauft werden.

Das schriftliche Interview führte Franziska Schattke.



# WIE WERDEN SPEISEN RICHTIG BESCHRIEBEN?

## SCHRITT FÜR SCHRITT ZUR EINDEUTIGEN KENNZEICHNUNG

Eine korrekte Kennzeichnung zubereiteter Speisen ist für Menschen mit Allergien und Unverträglichkeiten von entscheidender gesundheitlicher Bedeutung und schützt Essenanbieter vor möglichen Schadensersatzansprüchen. Diese Anleitung zeigt Ihnen wie die eindeutige Kennzeichnung von Allergenen und Zusatzstoffen im Speiseplan gelingt.

### 1. Was muss gekennzeichnet werden?

Es gibt Gesetze, die die Kennzeichnung von Zusatzstoffen und Allergenen in der Gastronomie regeln. Diese gelten auch für die Schulverpflegung.

Folgende Regelungen sind anzuwenden: die Lebensmittelzusatzstoff-Durchführungsverordnung LMZDV, die Verordnung über Lebensmittelzusatzstoffe (EG) Nr. 1333/2008 sowie die Lebensmittelinformationsverordnung VO (EU) 1169/2011, deren Durchführungsverordnung und die Fruchtsaft- und Erfrischungsgetränkeverordnung FrErfrischGerV.

Die Tabelle 2 auf Seite 4 zeigt die in Speisen zu kennzeichnenden Allergene<sup>1</sup> und Zusatzstoffe<sup>2</sup>. Die Kennzeichnung muss erfolgen, wenn das Allergen oder Z u -

stanzstoff enthalten ist. In der Praxis hat es sich bewährt, dafür Buchstaben, römische Ziffern, Zahlen oder eine Kombination daraus in Verbindung mit einer Deklarationsliste zu nutzen.

MENÜ 1	MENÜ 2
<b>Nudeleintopf mit Möhren, Erbsen und Eierstich, Vollkornbrot und Tomatensalat</b>	<b>Marinierter Hering in Sahne-Joghurt-Soße mit Gewürzgurken, Zwiebeln und Apfelstücken, Salzkartoffeln, Gurkensticks</b>
<b>Für den Eintopf:</b> Nudeln <sup>A1</sup> Salz Lorbeer Piment Pfefferkörner Muskat Möhren Sellerie <sup>I</sup> Porree Zwiebeln Petersilienwurzel Erbsen Milch <sup>G</sup> Eier <sup>C</sup>	<b>Für den Hering:</b> Sahne-Heringsfilets mit Zwiebeln, Gurke und Apfel <sup>G</sup> (Convience-Produkt) Milch <sup>G</sup> Gewürzgurken <sup>J</sup> Kartoffeln Salz
<b>Für den Salat:</b> Tomaten Rapsöl Apfelessig Zucker Basilikum	<b>Für die Gemüsesticks:</b> Salatgurke
Vollkornbrot <sup>A1, A2, K</sup>	

► Tabelle 1: Auflistung der Zutaten der zwei Menüs

<sup>1</sup> <https://t1p.de/bmel-allergenkennzeichnung>, aufgerufen am 28.05.2024

<sup>2</sup> <https://t1p.de/ihk-zusatzstoffkennzeichnung>, aufgerufen am 28.05.2024

**ALLERGENE**

- A** **Glutenhaltiges Getreide**, namentlich
  1. **Weizen** (wie Dinkel und Khorasan-Weizen)
  2. **Roggen**
  3. **Gerste**
  4. **Hafer**  
oder Hybridstämme davon
- B** **Krebstiere** und daraus gewonnene Erzeugnisse
- C** **Eier** und daraus gewonnene Erzeugnisse
- D** **Fisch** und daraus gewonnene Erzeugnisse
- E** **Erdnüsse** und daraus gewonnene Erzeugnisse
- F** **Sojabohnen** und daraus gewonnene Erzeugnisse
- G** **Milch** und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Lactose)
- H** **Schalenfrüchte**, namentlich **Mandeln, Haselnüsse, Walnüsse, Chashewnüsse, Pecannüsse, Paranüsse, Pistazien, Macadamia- oder Queenslandnuss** und daraus gewonnene Erzeugnisse
- I** **Sellerie** und daraus gewonnene Erzeugnisse
- J** **Senf** und daraus gewonnene Erzeugnisse
- K** **Sesamsamen** und daraus gewonnene Erzeugnisse
- L** **Schwefeldioxid** und **Sulphite** in Konzentrationen von mehr als 10 mg/kg oder l
- M** **Lupine** und daraus gewonnene Erzeugnisse
- N** **Weichtiere** und daraus gewonnene Erzeugnisse

**ZUSATZSTOFFE**

- 1 **mit Farbstoff (E 100 - E180)**  
a. zusätzlich *Kann Aktivität und Aufmerksamkeit bei Kindern beeinträchtigen* (E 102, E 104, E 110, E 122, E 124, E129)
- 2 **mit Konservierungsmittel** oder **konserviert** (E 200-E 219, E 230-E 235, E 239, E 249-E252, E 280-E 285, E 1105)
- 3 **mit Nitritpökelsalz, mit Nitrit** oder **mit Nitritpökelsalz und Nitrat** (E249-E 250)
- 4 **mit Antioxidationsmittel** (E 310-E 321)
- 5 **mit Geschmacksverstärker** (E 620-E 635)
- 6 **geschwefelt** (E 220-E 228)
- 7 **geschwärzt** (E579, E 585)
- 8 **gewachst** (E 901-E 904, E 912, E 914)
- 9 **mit Süßungsmittel(n)** (E 950- E 952, E 954, E 957, E 959)  
a. zusätzlich **enthält eine Phenylalaninquelle** (E 951, E 962)
- 10 **Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken** (E 420-E 421, E 953, E 965-E 967)
- 11 **mit Phosphat** (E 338-E 341, E 450-E 452)
- 12 **koffeinhaltig** (alkoholfreie Erfrischungsgetränke, nicht Kaffee)
- 13 **chininhaltig** (Bitter-Lemon)

► Tabelle 2: Alle kennzeichnungspflichtigen Allergene und Zusatzstoffe sind in der Tabelle aufgelistet. In der Praxis hat es sich bewährt, dafür Buchstaben, römische Ziffern, Zahlen oder eine Kombination daraus in Verbindung mit einer Deklarationsliste zu nutzen.



**2. Die Basis: das Rezept**

Mit dem Wissen, was zu kennzeichnen ist, stellt sich schnell die Frage, wie eine korrekte Kennzeichnung ermittelt wird? Um diese Frage zu beantworten, ist stets mit dem Rezept des Gerichtes zu beginnen. Anhand zweier Beispielenüs soll die Kennzeichnung vorgenommen werden.

Für eine korrekte Kennzeichnung ist die Menge der verwendeten Lebensmittel nicht relevant, da beispielsweise schon Spuren von Lebensmitteln allergische Reaktionen auslösen können. Vor diesem Hintergrund werden in Tabelle 1 nur die Zutaten für das Gericht aufgelistet, nicht jedoch die Mengen.

**3. Vom Rezept zur Kennzeichnung**

Anhand der Zutatenliste können die zu kennzeichnenden Allergene und Zusatzstoffe identifiziert werden. Werden keine Grundlebensmittel verwendet, so sind stets die Zutatenlisten sowie die Allergen- und Zusatzstoffkennzeichnung der verwendeten Lebensmittel auszuweisen. Ist auf jener Liste der Hinweis enthalten, dass das Lebensmittel Spuren eines Allergens enthalten kann, so ist zu empfehlen diese Kennzeichnung auch für das Menü zu übernehmen.

Folgende Kennzeichnungen sind für die zwei Beispielgerichte vorzunehmen. Für den Gast ist stets die komponentenbezogene (Variante 2) gegenüber der menübezogenen (Variante 1) Kennzeichnung zu bevorzugen.

**Menü 1: Nudleintopf**

- ◊ Variante 1: Nudleintopf mit Möhren, Erbsen und Eierstich, Vollkornbrot, Tomatensalat (A1, A2, C, G, I, K, M)
- ◊ Variante 2: Nudleintopf <sup>A1, I</sup> mit Möhren, Erbsen und Eierstich <sup>C,G</sup>, Vollkornbrot <sup>A1, A2, K</sup>, Tomatensalat

**Menü 2: Mariniertes Hering**

- ◊ Variante 1: Mariniertes Hering in Sahne-Joghurt-Soße mit Gewürzgerurken, Zwiebeln, Apfelstücken, Salzkartoffeln, Gurkensticks (G, J)
- ◊ Variante 2: Mariniertes Hering in Sahne-Joghurt-Soße <sup>G</sup> mit Gewürzgerurken <sup>J</sup> Zwiebeln und Apfelstücken, Salzkartoffeln, Gurkensticks

Die hier dargestellten Menüs enthalten keine kennzeichnungspflichtigen Zusatzstoffe. Besonders bei der Verwendung von verzehrfertigen Convenience-Produkten ist auf die Zutatenliste und die enthaltenen Allergene sowie Zusatzstoffe zu achten. Gewürzgerurken beispielsweise können Süßungsmittel enthalten. Solche Süßungsmittel sowie Geschmacksverstärker, künstliche Aromastoffe und künstliche Farbstoffe sind in der Schulverpflegung nicht zu verwenden. Tauchen Farbstoffe (E 100 bis E 180), Geschmacksverstärker (E 620 bis E 635) oder Süßungsmittel (E 950 bis E 952, E 954, E 957, E 962, E 959) auf der Zutatenliste auf, so ist auf dieses Lebensmittel in der Schulverpflegung zu verzichten. Es sollte nach einem anderen Produkt gesucht werden, welches ohne diese Zusatzstoffe





## GUT ZU WISSEN

Natürlich vorkommender Zucker in Lebensmitteln sowie Haushaltszucker sind keine Süßungsmittel im Sinne eines Zusatzstoffes.

auskommt oder bestenfalls das Produkt selbst aus Grundzutaten hergestellt werden.

### 4. Die Kennzeichnung im Speiseplan

Die dargestellten Möglichkeiten für die Kennzeichnung der enthaltenen Allergene und Zusatzstoffe kann in dieser Form für jeden Speiseplan übernommen werden. Hierbei gilt, dass die entsprechende Deklarationsliste für jeden Gast zur Verfügung steht. Im besten Fall befindet sich diese Liste direkt auf dem Speiseplan.

Ist ein Allergen, beispielsweise Eier oder Senf, in der Menübezeichnung klar benannt, so ist eine Kennzeichnung mit dem entsprechenden Buchstaben nicht notwendig, jedoch zu empfehlen. So ist „Ein gekochtes Ei in Senfsauce mit Salzkartoffeln und Karottenstiften“ korrekt bezüglich der Kennzeichnungspflicht. Für den Gast ist jedoch zu empfehlen, die Kennzeichnung konkret vorzunehmen, daher ist „Ein gekochtes Ei <sup>C</sup> in Senfsauce <sup>G, J</sup> mit Salzkartoffeln und Karottenstiften“ die eindeutigste Variante. Nachfolgend sind weitere zulässige Alternativen für die Kennzeichnung aufgeführt.

Das Ausgangsgericht ist ein gekochtes Ei in Senfsauce mit Salzkartoffeln und Karottenstiften.

- ◊ Variante 1: Ein gekochtes Ei in Senfsauce mit Salzkartoffeln und Karottenstiften (C, G, J)
- ◊ Variante 2: Ein gekochtes Ei <sup>C</sup> in Senfsauce <sup>G, J</sup> mit Salzkartoffeln und Karottenstiften
- ◊ Variante 3: Ein gekochtes Ei in Senfsauce mit Salzkartoffeln und Karottenstiften (enthält Ei, Senf, Milch)

Auf dem Speiseplan sollte zusätzlich zur Klarstellung und Absicherung gegenüber möglichen Haftungsansprüchen

weitere Erklärungen angegeben werden. Diese entbinden nicht von der Pflicht der korrekten Kennzeichnung, dienen aber sowohl dem Gast als auch dem Anbieter zur Klarheit.

Folgende Formulierungen sind empfehlenswert und sollten auf dem Speiseplan direkt bei der Deklarationsliste abgedruckt sein:

„Eine Nennung von Allergenen erfolgt, wenn die bezeichneten Stoffe oder daraus hergestellte Erzeugnisse als Zutat im Endprodukt enthalten sind.“

Und: „Trotz sorgfältiger Herstellung unserer Gerichte können neben den gekennzeichneten Zutaten Spuren anderer Stoffe enthalten sein, die im Produktionsprozess in der Küche verwendet werden.“

Die Kennzeichnung der Tierart und des verwendeten Fleischteiles ist nicht gesetzlich vorgeschrieben, aber empfehlenswert. Aktuelle Ernährungsweisen sowie religiöse Hintergründe erfordern von den Gästen teilweise einen Verzicht auf bestimmte Lebensmittel. So ist es für viele Gäste wichtig zu wissen, ob das verwendete Fleisch von Schwein, Rind oder Huhn stammt. So sollte im Speiseplan nicht nur Frikadelle stehen, sondern diese entsprechend bezeichnet werden – Geflügelfrikadelle oder Frikadelle von Rind und Schwein. Die Benennung des verwendeten Fleischteils ist vor allem für die Bewertung von Speiseplänen relevant. So ergeht aus der Bezeichnung „Schweinegulasch mit Möhren und Zwiebeln (aus der Schulter)“ eindeutig nicht nur die Tierart hervor, sondern auch, dass mageres Muskelfleisch verwendet wurde. Dies gilt analog auch für verwendete Fische. Eine „Fischpfanne mit Gemüse“ sollte ausführlicher als „Fischpfanne mit Würfeln vom Seelachs- und Wildlachsfilet, Möhren, Brokkoli und Mais“ bezeichnet werden. (MO)



## GUT ZU WISSEN

Vollkorn ist nur dann Vollkorn, wenn dies im Speiseplan auch so bezeichnet ist. Ist diese Bezeichnung nicht vorhanden, so ist dieses Produkt kein Vollkornprodukt. Ein Mehrkornbrötchen ist erst ein Vollkornbrötchen, wenn es als „Vollkorn-Mehrkorn-Brötchen“ bezeichnet wird.

# UMGANG MIT ALLERGIEN UND UNVERTRÄGLICHKEITEN IN DER SCHULE



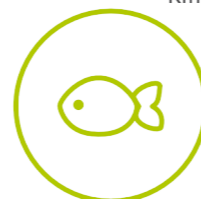
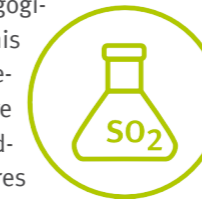
Unabhängig von Allergien, Unverträglichkeiten oder auch religiösen Vorschriften, sollten alle Kinder und Jugendliche die Möglichkeit haben, am Schulessen teilzunehmen. Die Sorge der Eltern ist groß, dass ihre Kinder versehentlich oder unwissend Dinge essen, die sie nicht sollten. Auch das pädagogische Personal und die Essenanbieter sind mitunter verunsichert, wie man mit den speziellen Bedürfnissen am besten umgeht. Es folgen ein paar Tipps, damit der Umgang mit Allergien und Nahrungsmittelunverträglichkeiten für alle leichter und sicherer wird.

### Tipps für Eltern

Wenn noch nicht geschehen, sollten Eltern einen Verdacht auf Allergie oder Unverträglichkeit unbedingt ärztlich abklären lassen.



Sie erhalten daraufhin ein ärztliches Attest, das dem pädagogischen Personal vorgelegt wird. Wird ein Notfallmedikament benötigt, müssen Eltern dem pädagogischen Personal eine Erlaubnis erteilen, dass dieses im Notfall gegeben werden darf. Teilen Sie Ihre Erfahrungen und Tipps mit den pädagogischen Bezugspersonen Ihres Kindes. Vielleicht ist es sinnvoll, dem



Kind eine erlaubte Süßigkeit mitzugeben, damit die anderen Kinder der Klasse oder Gruppe sie probieren können, wenn sie über die Allergie oder Unverträglichkeit sprechen. Fragen Sie beim Essenanbieter nach, ob es möglich ist, ein allergiefreies Essen zu bekommen.

### Tipps für pädagogisches Personal

Fragen Sie aktiv bei neu hinzugekommen Kindern nach, ob es Allergien oder Lebensmittelunverträglichkeiten gibt. Lassen Sie sich ein



ärztliches Attest vorlegen. Fragen Sie nach, ob ein Notfallmedikament nötig ist, wie es gelagert werden muss und wie man es anwendet. Erarbeiten Sie im Kollegium ein Konzept, damit alle zum Beispiel im Falle von Vertretungen



Bescheid wissen, welche Kinder Allergien und/oder Unverträglichkeiten haben. Sprechen Sie nicht nur mit den Klassenkammeraden und Klassenkameradinnen des Kindes



über die Allergie, sondern auch mit deren Eltern beim Elternabend. So können die Allergien und Unverträglichkeiten bei Festen oder Schulveranstaltungen besser berücksichtigt werden. Bitten Sie bei einem Mitbring-Buffet, dass die Zutaten aufgelistet werden.

Der Deutsche Allergie- und Asthmabund (daab) bietet **Onlineschulungen** und ein **Netzwerk Kita & Schule** (kostenpflichtig) an. Das **Leckerschmecker-Kochbuch** vom daab enthält Rezepte für Kinder ohne Ei, Milch, Weizen, Hasel- und Erdnuss.



### Tipps für Essenanbieter

Ermöglichen Sie Ihrem Küchenteam Fortbildungen zum Thema Allergien und Unverträglichkeiten. Verzichten Sie nicht pauschal auf Allergene im Essen, sondern bieten Sie für das betreffende Kind ein Alternativessen an. Der daab bietet eine **Auflistung für Ersatzprodukte** oder auf Anfrage auch ein **Tagesseminar „Gute Gastgeber für Allergiker“** an. Sollte es nicht



möglich sein, ein allergiefreies Essen selbst herzustellen, bieten Sie der betroffenen Familie an, mitgebrachtes Essen zu lagern und zu erwärmen. (AN)





Foto: PixelShot - adobe.stock.com

# ESSEN OHNE GLUTEN

Menschen mit Zöliakie müssen sich ein Leben lang glutenfrei ernähren, sonst schädigt das Gluten die Dünndarmschleimhaut und es sterben die Zotten des Dünndarms ab. Dadurch können nicht alle Nährstoffe aus der Nahrung aufgenommen werden. Auf lange Sicht führt das zu einer Mangelernährung mit vielfältigen Symptomen. Vor welchen Herausforderungen glutenfreies Essen Betroffene, insbesondere Familien, im Alltag stellt, berichtet Peter Wark von der Deutschen Zöliakie Gesellschaft e.V.

## Wie viele Menschen in Deutschland haben Zöliakie?

Etwa ein Prozent der Bevölkerung gilt als betroffen, das wären in Deutschland also 800.000 bis 900.000 Menschen. Allerdings ist nur ein Bruchteil davon tatsächlich diagnostiziert. Eine aktuelle skandinavische Studie mit 13 000 erwachsenen Probandinnen und Probanden geht von einer Dunkelziffer von mindestens 75 Prozent aus. Die Gründe dafür sind vielfältig: Viele Betroffene haben keine oder keine „typischen“ Symptome. Die Vielzahl möglicher Symptome macht die Diagnose schwer. Viele (Haus-)Ärzte haben das Thema Zöliakie nach wie vor nicht im Blick.

**Wenn man Zöliakie hat, darf man nichts Glutenhaltiges mehr essen. Aber Gluten kommt in Weizen, Dinkel, Roggen, Gerste und handelsüblichem Hafer vor. Was ist dann mit Brot, Pizza, Nudeln, Müsli oder Gebäck? Muss man auf alles verzichten?**

Als Betroffener muss man in der Tat radikal auf alles verzichten, was das Klebereiweiß Gluten enthält. Zum Glück gibt es heutzutage viele glutenfreie Alternativen im Handel – wenngleich sie so gut wie immer spürbar teurer sind als herkömmliche Lebensmittel. Orientierung und Sicherheit beim Einkauf geben hier der Hinweis „glutenfrei“ oder „gluten-free“ auf den Verpackungen, bzw. das Ähren-Symbol der Deutschen Zöliakie-Gesellschaft. Wenn Ware ausdrücklich als „glutenfrei“ deklariert wird, darf sie den seit 2008 geltenden international gültigen Grenzwert von 20 ppm (parts per million) nicht überschreiten. Anders ausgedrückt: Das

Produkt darf höchstens 20 Milligramm Gluten pro Kilogramm enthalten – also eine absolut verschwindend geringe Menge. Lebensmittel, die die DZG-Ähre tragen, haben eine aufwendige Qualitätsprüfung (Audit) durchlaufen. Leider sind viele „nachgemachte“, täuschend ähnlich wirkende Ähren im Umlauf. Lebensmittel, die eine solche vom Hersteller selbst entworfene Ähre tragen, müssen rechtlich betrachtet nicht einmal zwingend glutenfrei sein. Übrigens: Der von Ihnen genannte Hafer ist so ein Zwitter-Ding. Er ist von Natur aus glutenfrei. Bei Anbau und Verarbeitung besteht aber das Risiko von Verunreinigungen. Zöliakiepatienten dürfen daher ausschließlich Hafer verzehren, der explizit als glutenfrei gekennzeichnet ist.

## Was ist das sogenannte Kontaminationsrisiko?

Kontamination ist in diesem Fall eine Verunreinigung eigentlich glutenfreier Waren mit Spuren von Gluten. Im Alltag lauern für Zöliakiebetroffene viele Kontaminationsfallen - beispielsweise, wenn glutenfreie Lebensmittel mit einem glutenhaltigen Produkt (und das müssen nicht zwingend nur Lebensmittel sein) in Kontakt kommen. Zöliakiebetroffene können schon bei der Aufnahme geringster Spuren von Gluten erhebliche gesundheitliche Folgen spüren. Um die Dramatik zu verdeutlichen: Bereits ein Achtel Gramm Weizenmehl kann bei Patienten massive Beschwerden verursachen. Spuren von Gluten können aufgenommen werden, wenn beispielsweise ein glutenfreies Brot auf dem gleichen Küchenbrett geschnitten wird wie zuvor ein glutenhaltiges. Heißt: Sogar in der eigenen Küche lauert

immer ein Kontaminationsrisiko, wenn man nicht einen eigenen Glutenfrei-Bereich mit eigenen Küchenutensilien einrichten kann. Das zwingt zu absoluter Sauberkeit in der Küche. Geräte wie der Toaster sollten gegebenenfalls ausgetauscht werden. Was Laien kaum glauben können: Kontaminationsgefahr besteht bereits beim Reichen von glutenhaltigem Brot oder Gebäck über den Tisch hinweg. Was für die eigene Küche gilt, gilt natürlich noch viel mehr für Gemeinschafts-, Groß- oder Restaurantküchen. Damit nicht genug: Kontaminationsgefahren lauern mitunter auch in Kosmetik, Zahncremes, Medikamenten oder Kinderspielzeug.

## Gibt es etwas bei Getränken zu beachten?

Ja, und leider nicht wenig. Hier nur ein paar Beispiele. Immer glutenhaltig ist Bier (natürlich auch Malzbier) – solange es kein ausgewiesenes glutenfreies Bier ist, wie es inzwischen von einer ganzen Reihe von Brauereien angeboten wird. Viele andere Getränke können ebenfalls Gluten enthalten. Ein glutenfreier Tee kann mit glutenhaltigen Aromastoffen verunreinigt sein. Fruchtsäfte, Limonaden, Mixgetränke, Malzkaffee etc. sind immer darauf zu prüfen, ob sie als glutenfrei deklariert sind.

**Wenn man unterwegs ist, wie wahrscheinlich ist es, dass man in einem Café oder Restaurant etwas Glutenfreies zu essen oder zu trinken bekommen kann? Oder sollten Menschen mit Zöliakie immer etwas Eigenes dabeihaben?**

Leider gibt es außerhalb der Großstädte oft nur ein kleines oder gar nicht existentes Angebot an Gastronomiebetrieben, die glutenfrei anbieten. Die DZG empfiehlt, immer, wirklich immer im Restaurant nachzufragen, auch wenn das Speisenangebot als glutenfrei beworben wird. Unabhängig davon haben viele erfahrene Zöliakiepatienten immer etwas Glutenfreies in der Handtasche oder im Kofferraum. Sehr relevant wird das Thema übrigens beispielsweise auch bei Klinikaufenthalten. Sind

diese geplant, ist zu empfehlen, etwas Glutenfreies mitzunehmen. Problematisch wird es bei ungeplanten Notfall-Einweisungen.

**Was passiert, wenn Kinder oder Menschen mit Zöliakie doch versehentlich etwas Glutenhaltiges essen?**

Die Folgen sind sehr individuell. Manche „Zölis“ (wie sich viele Betroffene selbst nennen) spüren gar nichts, andere leiden nach einem solchen Diätunfall massiv und teilweise tagelang. Ob man Symptome zeigt oder nicht: Der Diätunfall schädigt den Darm auf jeden Fall.

**Ist es schwer für Eltern, ein glutenfreies Schulessen für ihre Kinder zu bekommen? Von welchen Erfahrungen berichten Eltern aus Ihrem Verein?**

Hier gibt es die ganze Bandbreite der Erfahrungen von sehr gut bis miserabel. Leider hat sich eine glutenfreie Gemeinschaftsverpflegung grundsätzlich noch längst nicht durchgesetzt. Viele Eltern suchen die Schulen für ihre Kinder tatsächlich danach aus, ob dort im Ganztags glutenfreie Essensalternativen geboten werden – auch wenn das lange und komplizierte Schulwege bedeutet. Und machen wir uns nichts vor: Bei allen Bemühungen, den Kindern gesundes Schulessen anzubieten, erfolgt die Auswahl des Caterers letztlich noch immer oft nach monetären Gesichtspunkten. Dort, wo es mit glutenfreier Verpflegung gut klappt, kommt häufig die „Mutti-Liste“ zum Einsatz: Engagierte Eltern, fast immer Mütter, helfen ehrenamtlich in der Kita- oder Schulmensa, um Kontaminationsrisiken für die Kinder zu minimieren.



► Pizza mal anders: Statt klassischem Weizenteig ist die Basis für den Pizzaboden hier Blumenkohl - lecker und mit einer Extraportion Gemüse. Das Rezept zum Ausprobieren finden Sie auf [Seite 15](#).

**Wie können Pädagog:innen in der Schule Kinder mit Zöliakie unterstützen?**

Sensibilität ist das Stichwort. Lehrkräfte müssten natürlich erst einmal in die Lage versetzt werden, sich selbst mit dem Thema Zöliakie auseinanderzusetzen und zu erkennen, was das für die betroffenen Kinder bedeutet. Mehr Sensibilität wünschen wir uns auch bei allen am Prozess des Schulessens Beteiligten. Damit ließen sich viele Probleme, speziell Kontaminationsrisiken, reduzieren.

**Bieten Sie auch Essenanbietern Fortbildungsmöglichkeiten an?**

Selbstverständlich. Allerdings werden diese Schulungen von Caterern und Gastronomen relativ wenig nachgefragt. Anders sieht das bei den Verantwortlichen in Schulen oder Kitas aus, die die Angebote gerne wahrnehmen. Wir bieten Online-Schulungen und E-Learning an. In unseren bundesweit etwa 180 Regionalgruppen haben wir erfahrene und engagierte Mitglieder, die in ihrer jeweiligen Region gerne einzelne Einrichtungen besuchen und vor Ort beraten. Bei größeren Veranstaltungen ist auch denkbar, dass unsere Kolleginnen aus den Teams Ernährung und/oder Glutenfrei außer Haus anreisen.

**Was würden Sie sich für Zöliakie-betroffene Menschen wünschen?**

Grundsätzlich wünschen wir uns ein viel breiteres gesellschaftliches Bewusstsein um die Krankheit, verbunden mit mehr Verständnis dafür, was Zöliakie für die Betroffenen an täglichen Herausforderungen mit sich bringt. Andere Länder sind uns da weit voraus. Außerdem haben wir auch sehr konkrete Wünsche. Erstens: verbindliche Verpflichtung zu glutenfreien Alternativangeboten in der Gemeinschaftsverpflegung. Zweitens: finanzielle Unterstützung für die erheblichen Mehrkosten, die glutenfreie Ernährung immer mit sich bringt. Jeder chronisch Kranke erhält über seine Krankenkasse Unterstützung für die Medikamente, bei Zöliakie gibt es keine Medikamente. Drittens: mehr Investitionen in Forschung um Zöliakie und in die Diagnostik. Diese würden sich spätestens langfristig bezahlt machen, da die Kosten für Diagnose und Therapie der oft dramatischen Begleit- und Folgeerkrankungen erheblich gesenkt werden könnten.

*Das schriftliche Interview führte Adrienne Neumann.*



► Peter Wark in der Geschäftsstelle der Deutschen Zöliakie-Gesellschaft e.V. in Stuttgart. Foto: privat

**TIPP** Auf der Internetseite der Deutschen Zöliakie Gesellschaft ([www.dzg-online.de](http://www.dzg-online.de)) gibt es zahlreiche Informationen für Essenanbieter, Pädagog:innen und Familien.

- **Glutenfreie Verpflegung in Kita & Schule**
- **Diagnostik bei Kindern und Jugendlichen**

**GUT ZU WISSEN**

Zöliakie und Weizen-Allergie sind nicht dasselbe. Die Symptome wie Bauchschmerzen können die gleichen sein, aber die Ursache ist eine andere. Bei einer Weizen-Allergie reagiert das Immunsystem des Körpers auf die Proteine im Weizen und versucht sie abzuwehren. Zöliakie hingegen ist eine Erkrankung des Dünndarms. Das Gluten schädigt das Gewebe des Dünndarms und so können Nährstoffe aus der Nahrung nicht ausreichend aufgenommen werden.

**Unser Regionalmanagement stellt sich vor (Teil 3)**

In dieser Ausgabe lernen Sie unsere Regionalmanagerin für die Region Nordthüringen, Franziska Schattke, kennen.

**Franziska Schattke**  
Regionalmanagerin Nordthüringen

Ich arbeite seit März 2019 bei der Vernetzungsstelle Schulverpflegung Thüringen als Projektmitarbeiterin. Nach meinem Studium der Ökotrophologie in Bernburg zog ich für mehrere Jahre nach Berlin und war vor allem für junge Start-Ups der Lebensmittelbranche tätig. Was ich beruflich und privat in Berlin suchte, fand ich allerdings erst hier in Thüringen: meine neue (Wahl)Heimat. Mittlerweile wohne ich seit über fünf Jahren in Erfurt, bin stolze Mama einer kleinen Puffbohne und fühle mich angekommen.

Da ich nicht gerne koche, aber umso lieber esse, gehe ich mit Vorliebe auswärts essen. Vor allem auf Reisen entdecke ich gerne die authentische Straßenküche eines Landes. Am liebsten esse ich Obst in jeglicher Variation und probiere gerne Exoten wie Mangostan, Salak oder die Jackfrucht aus. Asiatische Länder wie Indonesien sind meine bevorzugten Reiseziele, da ich hier zwei Leidenschaften vereinen kann: leckeres Essen und das Tauchen.



► Franziska Schattke (Foto: privat) Regionalmanagerin Nordthüringen

► **KONTAKT VERNETZUNGSSTELLE SCHULVERPFLEGEUNG THÜRINGEN**

**NORDTHÜRINGEN**  
Franziska Schattke | F.Schattke@vzth.de  
0361- 555 14 26

**WESTTHÜRINGEN**  
Katharina Berg | K.Berg@vzth.de  
0361- 555 14 24

**MITTELTHÜRINGEN**  
Alexandra Lienig | A.Lienig@vzth.de  
0361- 555 14 23

**OSTTHÜRINGEN**  
Mike Ogorsolka | M.Ogorsolka@vzth.de  
0361- 555 14 48

**SÜDTHÜRINGEN**  
Adrienne Neumann | A.Neumann@vzth.de  
0361- 555 14 46

❖ Globale Ernährungswende würde Gewinne von mehreren Billionen US-Dollar erzielen

Die globale Agrar- und Ernährungswende wäre nicht nur gut fürs Klima, für die Gesundheit jeder/jedes Einzelnen, sondern auch für die Volkswirtschaft profitabel. Zu dieser Erkenntnis kommt der aktuelle Bericht der Food System Economics Commission (FSEC). Darüber hinaus wären die Kosten einer Transformation viel geringer als der potentielle Nutzen, der vielen Hundert Millionen Menschen ein besseres Leben ermöglichen würde. Politische Entscheidungsträger müssen jetzt Veränderungen vornehmen, damit die Agrar- und Ernährungswende gelingen kann. **Weitere Informationen** zum Bericht sind auf der Internetseite des Potsdam-Instituts für Klimafolgenforschung zu finden.

❖ Pflanzlich, einfach, lecker - Rezeptebroschüre für Schüler:innen

Die Aktion Pflanzenpower von ProVeg hat eine neue Broschüre herausgebracht, mit der Schülerinnen und Schüler und auch Familien ausprobieren können, wie einfach und lecker pflanzliches Kochen ist. **Die Broschüre** kann kostenfrei heruntergeladen werden.



**Pflanzlich Einfach Lecker**  
mit AKTION PFLANZEN POWER

❖ Kindergesundheitsbericht 2023

Der aktuelle Kindergesundheitsbericht der Stiftung Kindergesundheit legt den Fokus auf Jugendliche. Der Report umfasst eine breite Palette an Themen der mentalen und körperlichen Gesundheit Jugendlicher und führt die wichtigsten Daten aus Studien der letzten Jahre zusammen. Außerdem schlagen die Autor:innen konkrete Maßnahmen und Lösungsansätze vor. Beispielsweise fordern sie neben Jugendspielplätzen die Beschränkung von Werbung für Lebensmittel und Getränke mit ungünstigem Nährwertprofil und ein kostenfreies qualitätsgesichertes Schulessen. Die Zusammenfassung des Berichtes kann **hier** heruntergeladen werden.



❖ Gelungenes Beispiel für Speiseraumgestaltung aus Hamburg

Die Schulbehörde Hamburg hat ein Video auf ihrem Youtube-Kanal veröffentlicht, das sehr anschaulich zeigt, wie eine Umgestaltung des Speiseraums das Wohlbefinden aller verbessert. Die Farbe und Möbel haben einen Entwicklungsprozess angestoßen. Durch ein anderes Ausgabesystem und andere Essenzeiten wird die

Selbstorganisation der Kinder unterstützt. Ein Blick in das **Video** lohnt sich für alle, die sehen wollen, was man aus einem bestehenden Speiseraum mit Farbe, neuen Möbel und Leuchten herausholen kann.



❖ Die neun Empfehlungen des Bürgerrates „Ernährung im Wandel“

Der erste Bürgerrat in Deutschland hat im Januar seine Empfehlungen für das Thema „Ernährung im Wandel. Zwischen Privatangelegenheit und staatlichen Aufgaben“ veröffentlicht. Herausgekommen sind neun Empfehlungen, die anschließend noch priorisiert wurden. Oberste Priorität im Bereich Ernährung hat demnach das kostenfreie Mittagessen für Kita- und Schulkinder. Auch der Bürgerrat sieht, wie schon der wissenschaftliche Beirat für Agarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz (WBAE) aus dem Jahre 2020, ein kostenfreies Kita- und Schulessen als Investition in die Gesundheit aller Kinder und als Schlüssel für Bildungschancen. Mindeststandard sollen die Empfehlungen der DGE sein. Sie empfehlen weiterhin eine andere Besteuerung für Lebensmittel, die Lebensmittel fördert die vegan, vegetarisch, klimafreundlich oder Bio sind. Außerdem empfehlen sie, dass eine Altersgrenze für Energydrinks eingeführt wird. Diese soll mindestens bei 16 Jahren, wenn nicht gar bei 18 Jahren liegen. Alle Empfehlungen und die Abstimmungsergebnisse können **hier** ausführlich nachgelesen werden.



❖ Neue Struktur für besseres Finden auf unserer Internetseite

Letztes Jahr haben wir die Menüführung unserer Internetseite überarbeitet, damit die einzelnen Beteiligten in der Schulverpflegung Informationen und Unterstützungsmöglichkeiten besser finden können. Im Menü findet man jetzt die drei Hauptakteur:innen Eltern und Schule, Träger und Essenanbieter. Die Hauptakteur:innen bekamen zusätzlich eine Farbe zugeordnet: Der Schul- und Elternbereich erhielt die Farbe gelbgrün, die Träger violett und die Essenanbieter gelborange. Unter „Service“ sind alle allgemeinen Informationen und Qualitätsentwicklungsinstrumente zusammengefasst. Die Informationen aus dem Servicebereich sind auch, passend für die einzelnen Beteiligten, den Hauptakteur:innen zugeordnet. Unter dem Menüpunkt „Wir...“ sind alle Informationen über die Vernetzungsstelle zusammengefasst.



❖ Von Bio bis Vergabepaket - neue Artikel auf unserer Internetseite

Nur gemeinsam lässt sich was bewegen. Der Artikel „**Warum ist es sinnvoll eine Mensa-AG in der Schule zu haben?**“ beschäftigt sich mit der Arbeitsgruppe, die das Schulessen stets im Blick hat. Der Artikel „**Wie müssen Zusatzstoffe gekennzeichnet werden?**“ erklärt kurz und übersichtlich, welche Informationen bei Lebensmitteln markiert werden müssen. Die neue Bio-Außer-Haus-Verpflegungs-Verordnung (Bio-AHVV) schafft nationale Regelungen zur Bio-Kennzeichnung und Bio-Auszeichnung, die speziell auf die Belange der Außer-Haus-Verpflegung ausgelegt sind. Aber „**Was gilt beim Einsatz von Bio-Lebensmitteln in der Schulverpflegung?**“. Sie müssen die Essenversorgung an Ihren Schulen neu ausschreiben? Dann haben wir etwas für Sie: **unser Vergabepaket mit der Lieferung frei**

**Haus.** Mit diesem Paket und unserer umfassenden Beratung wird der Beschaffungsprozess einfach realisierbar.

Auf die Frage: „**Wie lange und bei welcher Temperatur darf Essen warmgehalten werden?**“, hat die DIN 10508 die Antworten. Diese DIN regelt die Temperaturen für Lebensmittel, die an Verbraucher:innen abgegeben werden, sowie die Prozesstemperaturen für die Produktionsverfahren in der Gemeinschaftsverpflegung. Dies war eine kleine Auswahl an neuen Artikeln auf unserer Internetseite. Die neuesten Artikel finden Sie immer unter dem Menüpunkt „Service“ und dann unter „Aktuelles“ aufgelistet.

Ihnen fehlt noch ein Artikel zu einem bestimmten Thema rund um die Schulverpflegung? Dann **schreiben Sie uns**, Themenwünsche nehmen wir gern bei der redaktionellen Arbeit mit auf.

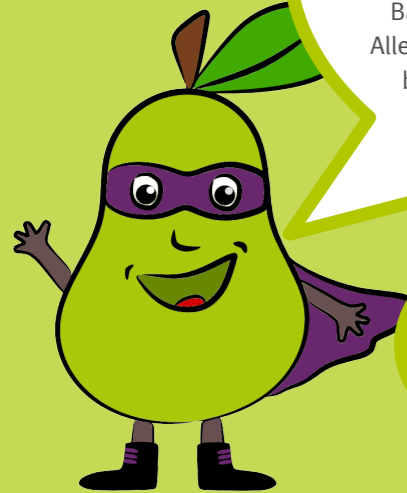
Tragen Sie sich den **22. Oktober** bitte schon mal in Ihrem Terminkalender ein, denn da findet unsere diesjährige **Fachtagung** statt. Thema werden die **Vorgaben zur Vergabe in der Schulverpflegung** sein. Unsere **Fortbildungen für Essenanbieter** finden dieses Jahr am **22. August in Ilmenau** und am **28. August in Nordhausen** statt. Weitere Informationen und die Anmeldemöglichkeit gibt es im Juni auf unserer **Homepage**.



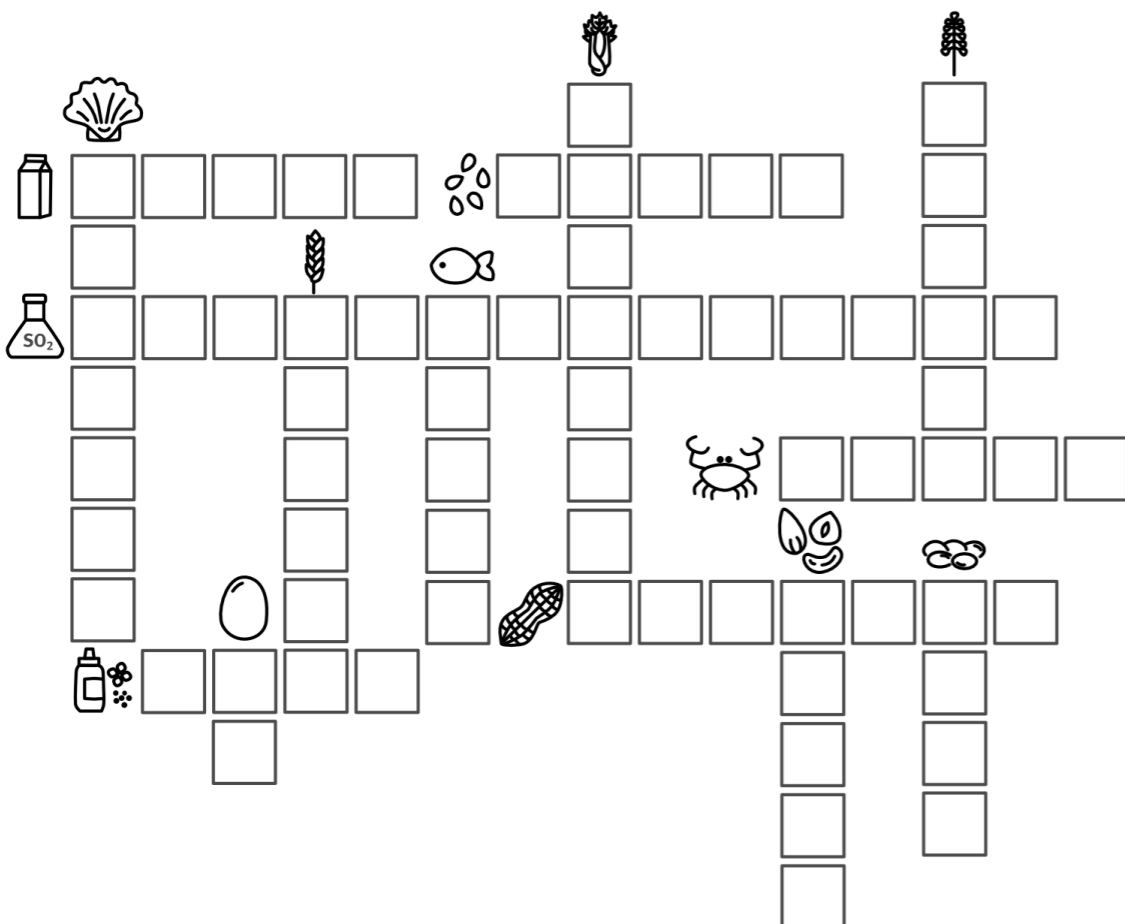
Hallo.

Wisst ihr eigentlich, was eine Allergie ist?  
Eine Allergie ist eine Reaktion des Körpers. Der Körper hält einen eigentlich harmlosen Stoff für gefährlich. Das können zum Beispiel Eier sein. Deshalb bildet der Körper Antikörper gegen diesen Stoff. Kommt man dann mit dem Stoff in Kontakt, reagiert der Körper heftig. Welche Reaktion das ist, ist unterschiedlich. Es kann ein Ausschlag sein, Bauchschmerzen oder sogar, dass man keine Luft mehr bekommt. Allergien kommen häufig vor. Wenn man eine Allergie hat, ist es am besten, den Kontakt mit dem Allergen zu vermeiden. Allergen, so nennt man den Stoff, der die heftige Reaktion des Körpers auslöst.

Karl hat für euch heute ein Pizzarezept ohne Mehl. Denn auch Mehl, besser gesagt ein Bestandteil im Mehl, kann allergische Reaktionen verursachen. Statt Mehl hat Karl Blumenkohl benutzt. Hmm. Das sieht lecker aus. Also nicht nur was für Menschen, die kein Weizen vertragen. Und die Extraportion Gemüse gibt ordentlich Kraft.



Die 14 häufigsten Auslöser für Allergene und Unverträglichkeiten müssen in der Zutatenliste von Lebensmitteln dick gekennzeichnet werden, wenn sie darin vorkommen. Weißt du, welche das sind? Im Kreuzworträtsel findest du das Symbol und trage den passenden Namen ein. Tipp: Es sind folgende Wörter: Weizen\*, Krebs\*, Ei, Fisch, Erdnuss, Soja, Milch\*, Nüsse\*, Sellerie, Senf, Sesam, Schwefeldioxid\*, Lupine, Muschel\*



Hey Leute,  
heute habe ich ein Pizza-Rezept für euch.  
Na gut, es ist keine klassische Pizza, aber probiert es unbedingt mal aus. Der Boden dieser Pizza ist nicht, wie sonst üblich, aus Weizenmehl gemacht, sondern aus Blumenkohl. Der Blumenkohl ist quasi mein großer Cousin. Er ist leicht verdaulich, schmeckt mild und hat viel Vitamin C und Mineralstoffe. Es gibt ihn nicht im üblichen Weiß, sondern auch in Lila und Grün - wie cool ist das denn? Falls ihr den Blumenkohlgeschmack nicht mögt, keine Sorge, diese Pizza schmeckt null nach Blumenkohl. Dadurch, dass die Blumenkohlpizza ohne Weizenmehl auskommt, ist sie frei von Gluten und kann auch von Menschen mit Zöliakie oder Weizenallergie gegessen werden.

Ich zeig euch wie es geht. Für eine Pizza braucht ihr:  
- einen halben Blumenkohl  
- ein Ei  
- eine halbe Tasse geriebenen Käse.  
Als Pizzabelag habe ich klassisch Tomatensoße und Mozzarella gewählt. Ihr könnt die Pizza natürlich mit dem belegen, was ihr mögt. Dünner Belag ist am besten, sonst wird es zu matschig.

**1**  
Blumenkohl in einer Küchenmaschine oder per Hand mit einer Reibe zu Blumenkohlreis verarbeiten.

**2**  
Blumenkohlreis in einer Pfanne acht bis zehn Minuten andünsten. Anschließend abkühlen lassen.

**3**  
Jetzt ist Muskelkraft gefragt. Füllt den abgekühlten Blumenkohlreis in ein Baumwolltuch, stellt eine Schüssel darunter und drückt kräftig, so dass die überschüssige Flüssigkeit in die Schüssel fließt. In einer neuen Schüssel mischt ihr den ausgepressten Blumenkohlreis mit dem Ei und dem geriebenen Käse. Auf einem Backblech mit Backpapier formt ihr aus der Masse einen gleichmäßigen Kreis und backt ihn bei 200 °C 25 Minuten, bis er eine leicht goldene Farbe hat. Danach belegt ihr den Blumenkohlpizzaeig mit Tomatensoße und Mozzarella-Scheiben und backt die Pizza weitere zehn Minuten, bis der Käse geschmolzen ist. Anschließend auf Wunsch mit Basilikum belegen. Fertig.

Lasst es euch schmecken!

GLUTENFREI



\* Ist nur ein Beispiel für eine Gruppe von Allergene.



# INFOOD - DAS ONLINEMAGAZIN DER VERNETZUNGSSTELLE SCHULVERPFLEGE THÜRINGEN

## HEFT 1 | MAI 2024 | 5. JAHRGANG

### IMPRESSUM

#### Herausgeber

Vernetzungsstelle Schulverpflegung Thüringen

c/o Verbraucherzentrale Thüringen e.V.

Eugen-Richter-Straße 45

99085 Erfurt

Tel.: (0361) 555 14 23

Fax: (0361) 555 14 40

[www.schulverpflegung-thueringen.de](http://www.schulverpflegung-thueringen.de) | [vernetzungsstelle@vzth.de](mailto:vernetzungsstelle@vzth.de)

#### Texte:

Alexandra Lienig (AL)

Katharina Berg (KB)

Mike Ogorsolka (MO)

Franziska Schattke (FS)

#### Lektorat:

Katrin Braun

#### Bildnachweise:

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

#### Gestaltung/Satz:

Adrienne Neumann

### LÖSUNG VON SEITE 14

