



2.1 Mahlzeitenspezifische Checkliste: Frühstück, Vormittags- und Nachmittagsjause

Name der GV-Einrichtung:		Checkliste ausgefüllt von:	Unterschrift, Datum:
Alter der zu verpflegenden Personengruppe:		Administrative Leitung:	
Art der GV-Einrichtung bzw. Angebotsbeschreibung:		Koch/Köchin/Küchenleitung:	
		Sonstige:	

Mindeststandard		Beispiele für die praktische Umsetzung/Umsetzungstipps	Anforderung erfüllt?				Anmerkungen (WAS wird von WEM bis WANN unternommen, wenn der MS nicht erfüllt werden kann, ...)
			ja	nein	n.ü	n.r	
Getränke							
Getränke	Wir bieten mind. eine Portion eines empfehlenswerten Getränkes an.	Zum Frühstück eignet sich z. B. ungesüßter, nicht aromatisierter Tee, bei älteren Personen auch Kaffee. Das optimale Jausengetränk ist für Kinder Wasser. Weitere empfehlenswerte Getränke sind im Leitfaden auf Seite 25 angeführt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Obst und Gemüse							
(Rohes) Gemüse	Wir bieten täglich mind. eine Sorte frisches Gemüse an. UND/ODER	Aufgeschnittenes Gemüse oder saisonale Gemüsesticks (Gurken-, Karotten-, Kohlrabi-, Paprika-, Zucchini-sticks); reichliche Garnierung auf dem Brot (z. B. Gurken, Paprika, Zwiebeln, grüner Salat, Karotten, Kohlrabi, Tomaten, Kresse); diverse Gemüseaufstriche; Smoothie mit Gemüse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Obst	Wir bieten täglich mind. eine Sorte frisches Obst an (bei Ganztageeinrichtungen oder Einrichtungen mit Vollverpflegung mind. zwei verschiedene Sorten oder eine Sorte frisches Obst und eine Sorte Trockenfrüchte).	Obstsalat, Kompott (insbesondere für SeniorInnen), Fruchtojoghurt (Obstmus mit Naturjoghurt), Smoothie mit Obst Auch ein Obstkorb ist eine gute Idee, die Erfahrung zeigt aber, dass alle Altersgruppen Obst lieber essen, wenn es aufgeschnitten angeboten wird.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Nüsse und Samen	Wir bieten ungesalzene/ungezuckerte Nüsse und Samen regelmäßig an.	Angeboten werden können z. B.: Smoothie mit geriebenen Nüssen, Joghurt/Porridge mit geriebenen Nüssen. Bei guter Kaufähigkeit: Obstsalat mit Nussstückchen, Knabberkürbiskerne.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Milch und Milchprodukte							
Milch/ Milchprodukte	Wir bieten täglich mind. eine Sorte (fettarme) Milch und/oder ein empfehlenswertes Milchprodukt an.	Vermeiden Sie Schmelzkäse(-zubereitungen). Bieten Sie z. B. Brot mit Schnittkäse, Joghurt mit Früchten, Aufstrich auf Topfbasis oder warmen Getreidebrei mit Milch an. Weitere empfehlenswerte Milchprodukte können Sie dem Leitfaden (Seite 26-27) entnehmen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

Erklärung Abkürzungen: n.ü = nicht überprüfbar: die Einhaltung des Mindeststandards kann nicht nachvollzogen werden; n.r = nicht relevant: der Mindeststandard ist für die Einrichtung nicht relevant.
 GV = Gemeinschaftsverpflegung, MS = Mindeststandard
 Checklisten zu den steirischen Mindeststandards in der Gemeinschaftsverpflegung, Gesundheitsfonds Steiermark, www.gemeinsam-genieessen.at; Stand: Mai 2016



Mindeststandard		Beispiele für die praktische Umsetzung/Umsetzungstipps	Anforderung erfüllt?				Anmerkungen (WAS wird von WEM bis WANN unternommen, wenn der MS nicht erfüllt werden kann, ...)
			ja	nein	n.ü	n.r	
Brot und Getreide(flocken)							
Brot und Gebäck	Wir bieten zumindest eine Sorte echtes Vollkornbrot oder -gebäck bzw. ein 100%-Roggenbrot an. ODER	Achten Sie bei Kleinkindern und SeniorInnen auf Vollkornbrot aus fein vermahlenem Mehl. Denken Sie daran, dass es auch Knäckebrot und Toastbrot in Vollkornqualität gibt. Eine gute Alternative zur weißen Semmel oder zum Kornspitz sind Grahamweckerl. Fragen Sie bei Ihrem Lieferanten nach solchen Produkten!	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Getreideflocken	Wir bieten mind. eine Sorte Getreideflocken/ungezuckertes Basismüsli an. Frühstückszerealien (Flakes, Loops, Pops) werden möglichst gemieden.	Werden reine Hafer- oder andere Getreideflocken nicht angenommen, können Sie diese bei Jugendlichen oder SeniorInnen auch gemischt mit Frühstückszerealien anbieten. Kinder wie auch Erwachsene lieben selbstgemachtes Birchermüsli. Versuchen Sie es!	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Sonstige Komponenten							
Mehlspesen und Kekse	Wir bieten Mehlspeisen und Kekse nur bei Vollverpflegungseinrichtungen (z. B. im Pflegeheim) und hier nur sparsam an.	Bieten Sie stattdessen lieber Obstsalat oder Fruchtojoghurts an bzw. bieten Sie – wenn Sie Kuchen anbieten – möglichst „gesündere“ Kuchen an: Topfentorte mit Früchten der Saison, Karottenkuchen, Kürbistarte, Apfelstrudel, Zucchinikuchen, Müslikekse/-muffins, Fruchtbrot, Marmorkuchen mit Vollkornmehlanteil.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Süße Brotaufstriche	Wir bieten Marmelade, Honig oder Nuss-Nougat-Aufstriche nur sparsam an.	Insbesondere bei (Klein-)Kindern sollte auf das Angebot dieser Süßigkeiten am besten verzichtet werden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Fleisch- und Wurstwaren	Wir bieten Fleisch- und Wurstwaren nur sparsam an. Mind. 50 % unseres Wurstangebots besteht dabei aus Magerwurst (max. 20 % Fett) oder magerem Schinken.	Nutzen Sie statt Fleisch- und Wurstwaren die Vielfalt die vegetarische Aufstriche mit sich bringen und setzen Sie z. B. Kürbiskern-, Ei-, Grünkern-, Kräuter-, Bärlauch-, Linsenaufstrich oder Frischkäse mit Kräutern ein. Bieten Sie auch reine Gemüsebrote (z. B. Schnittlauchbrot) an. Wurstsorten mit max. 20 % Fett sind z. B. Krakauer, Schinkenwurst oder Champignonwurst. Magerer Schinken sollte aber bevorzugt werden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Streichfette	Wir verwenden keine Majonäse.	Verzichten Sie auf den „Verzierungstupfer“ bei Brötchen. Majonäse sollte auch nicht Bestandteil von Aufstrichen oder Dips sein.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	Wir verwenden Butter oder Margarine nur sparsam.	Fetten Sie Wurst- und Käsebrote nicht noch zusätzlich mit Butter oder Margarine auf. Eine Alternative zu Butter/Margarine kann Topfen, Tomatenmark oder Senf darstellen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	