Leerliste zur Überprüfung der Häufigkeiten von Lebensmitteln pro fünf Tage in der Mittagsverpflegung (ovo-lacto-vegetarische Menülinie)

Name der Schule: _____

Zeitraum der Auswertung: _____

Menükomponente	Summe	Soll	erreicht	
			ja	nein
Getreide, Getreideprodukte und Kartoffeln[a], davon		5-mal	○	○
Vollkornprodukte		mind. 1-mal	○	○
Kartoffelerzeugnisse[b]		max. 1-mal	○	○
Gemüse[c] und Salat, davon		5-mal	○	○
Rohkost		mind. 2-mal	○	○
Hülsenfrüchte		mind. 1-mal	○	○
Obst[d], davon		mind. 2-mal	○	○
Stückobst		mind. 1-mal	○	○
Milch oder Milchprodukte[e]		mind. 2-mal	○	○
Frittierte und/oder panierte Produkte		max. 1-mal	○	○
Industriell hergestellte Fleischersatzprodukte (innerhalb von 20 Verpflegungstagen)		max. 4-mal	○	○

Quelle: Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V., November 2020

Weitere Erläuterungen zu den Lebensmittelgruppen und Beispiele finden Sie im DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung (5. Auflage) in Tabelle 3 auf den Seiten 40 und 41 sowie den Folgeseiten.

_____

Name des Ansprechpartners für die Schulverpflegung | Ort, Datum | Unterschrift

a Pseudogetreide (beispielsweise Buchweizen, Quinoa), Kartoffeln (roh oder vorgegart); Parboiled Reis oder Naturreis

b Halbfertig- oder Fertigprodukte wie z. B. Pommes frites, Kroketten, Püree, Klöße, Gnocchi, Reibekuchen

c Frisch oder tiefgekühlt

d Frisch oder tiefgekühlt ohne Zucker und Süßungsmittel

e Milch, Naturjoghurt, Buttermilch, Dickmilch, Kefir: max. 3,8 % Fett absolut; Speisequark: max. 5 % Fett absolut, alles ohne Zucker und Süßungsmittel; Käse: max. 30 % Fett absolut