

Schneller 1-Woche-Speiseplan-Check

| <i>Lebensmittelgruppe</i> | Empfehlung | Erreichter Wert | Erfüllt | Nicht erfüllt |
|---|--------------------|------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Getreideprodukte/Kartoffeln (wie Nudeln, Reis, Couscous, Salzkartoffeln, Polenta, Kartoffeleintopf) | 5x pro Woche | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Vollkornprodukte (wie Vollkornbrot/-brötchen, Naturreis, Vollkornnudeln) | Mind. 1x pro Woche | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kartoffelprodukte (wie Kartoffelbrei, Pommes, Kartoffelecken, Kartoffelpuffer, Klöße) | Max. 1x pro Woche | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Gemüse (gekocht oder roh als Salat) | 5x pro Woche | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Obst (geschnitten, im Ganzen oder Obstsalat) | Mind. 2x pro Woche | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Milch und Milchprodukte (Joghurt, Quark, Käse etc.) | Mind. 2x pro Woche | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Fleisch und Wurst (wie Braten, Schnitzel, Geschnetzeltes, Roulade) | Max. 2x pro Woche | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Fisch (wie Seelachsfilet, Heringssalat, Fischpfanne) | Mind. 1x pro Woche | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Getränke (Trink-, Mineralwasser, ungesüßter Tee) | 5x pro Woche | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Eine oder mehrere Kriterien nicht erfüllt:

Sind ein oder mehrere Kriterien nicht erfüllt, ist es sinnvoll die Verbesserung des Verpflegungsangebotes in Angriff zu nehmen. Dazu kann dieser Speiseplan-Check als Grundlage für das Gespräch mit dem Essenanbieter dienen. Oder Sie kontaktieren uns, wir beraten und unterstützen Sie gern.

Alle Kriterien erfüllt:

Sie können sich freuen, formal entspricht der Speiseplan den Qualitätsanforderungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. Wie sieht das Essen auf dem Teller aus? Wie ist Geschmack, Aussehen, Geruch oder Textur der Speisen? Gibt es dazu häufige Beschwerden über das Mittagessen und geht die Anzahl der Essensteilnehmer weiter zurück? Wir beraten Sie gern.

Ihr Team der Vernetzungsstelle Schulverpflegung

Verbraucherzentrale Thüringen/Vernetzungsstelle Schulverpflegung
Eugen-Richter-Straße 45, 99085 Erfurt, vernetzungsstelle@vzth.de, 0361-5551424