

# ALLE ZU TISCH!

—  
Schulverpflegung  
in Meran



STÄDTGEMEINDE MERAN  
COMUNE DI MERANO  
Referat für Schule  
Assessorato alla scuola

**APRIL 2024**



## ALLE ZU TISCH!

*Die Gesundheit und das Wohlbefinden unserer Schülerinnen und Schüler stehen für die Meraner Stadtverwaltung an erster Stelle ihrer Prioritäten und die Schulverpflegung bietet uns die einmalige Gelegenheit, gesunde Essgewohnheiten von klein auf zu fördern.*



*Das Projekt „Nachhaltigkeit und Bewusstsein“ ist das Herzstück unseres Anliegens, die Schulmensa in einen lebendigen, lehrreichen Ort zu verwandeln, an dem jede Mahlzeit zu einer Gelegenheit für Wachstum und Weiterentwicklung wird. Wir sind bemüht, allen ein nahrhaftes und schmackhaftes Essen anzubieten, vor allem aber auch dabei die individuellen Ernährungsbedürfnisse nicht außer Acht zu lassen und gleichzeitig die Kinder und Jugendlichen zu gesunden Essgewohnheiten anzuregen.*

*Nicht ohne Stolz präsentiere ich Ihnen unsere Küchen: Sie sind wahre Werkstätten zur Förderung von Gesundheit und Nachhaltigkeit, in*

*denen wir uns jeden Tag um die Einhaltung der Ernährungsrichtlinien bemühen, ohne dabei jedoch den Genuss am Essen zu vergessen. Die kulturelle Vielfalt von Meran bereichert unsere Speisekarte und verwandelt sie in eine echte gastronomische Reise, ein wahres Fest, das sowohl die lokalen Traditionen als auch jene der Menschen, die unsere Stadt zu ihrer neuen Heimat auserwählt haben, zelebriert. Dabei ist nicht zu vergessen, welche wichtige Rolle die Schulverpflegung in der Ernährungserziehung spielt, indem sie den Wert der Nahrung, den Kampf gegen die Lebensmittelverschwendung und den Respekt für die Umwelt vermittelt. Wir bringen unseren Schülerinnen und Schülern nicht nur bei, sich bewusst zu ernähren, sondern auch die Auswirkungen ihrer Lebensmittelwahl auf die Umwelt zu bedenken.*

*Die Zusammenarbeit zwischen Küchenpersonal, Ernährungswissenschaftlerinnen und -wissenschaftlern, Lehr- und Schulpersonal und den Familien ist entscheidend. Nur gemeinsam können wir eine Zukunft gestalten, in der unsere Kinder gesund, glücklich und bewusst aufwachsen. Es ist unsere Aufgabe, sie auf diesem Weg unterstützend zu begleiten und ihnen dabei die bestmöglichen Lern- und Entwicklungsmöglichkeiten zu bieten.*

*Die Referentin - Emanuela Albieri*

# EIN PAAR WORTE VORWEG

Das Schulessen ist auch aus pädagogischer Sicht eine wertvolle Gelegenheit, die es ermöglicht, die Entwicklung **gesunder Essgewohnheiten und eines korrekten Lebensstils** bei allen Kindern und Jugendlichen, vom Kinderhort bis zur Oberschule, zu fördern, eine unverzichtbare Voraussetzung für das Wohlbefinden der heutigen und zukünftigen Generationen. Das Essen in der Schule soll eine **freudige Gelegenheit für neue Geschmackserfahrungen, soziale Interaktion sowie geselliges und gleichberechtigtes Miteinander** sein: Das Schulessen erweitert die Kenntnisse über die Nahrungsmittel und ihre Eigenschaften; es hilft dabei, ein ausgewogenes und gesundes Essverhalten zu entwickeln und fördert den Austausch und Dialog.

## GUTE TEAMARBEIT *IST GEFRAGT*

Bis ein Gericht fertig für den Verzehr in einer Schulmensa landet, müssen viele Beteiligte ihren Beitrag leisten: das Küchenpersonal, Fachleute in Ernährungswissenschaften, Erziehungs- und Lehrkräfte, das Personal im Speisesaal und natürlich auch die Dienststellen und Ämter, die sich um die organisatorischen und verwaltungstechnischen Aspekte kümmern.

Alle Beteiligten der verschiedenen Arbeitsbereiche müssen daher gut aufeinander abgestimmt auf ein gemeinsames Ziel hinarbeiten, das stets auf Ethik und Transparenz des Dienstes und auf die Gewährleistung qualitativ hochwertiger und gesunder Speisen ausgerichtet sein muss.



Daraus folgt:

- ☞ Die Schule und insbesondere die Schulverpflegung spielen eine entscheidende Rolle bei der Förderung der Inklusion und der Entwicklung gesunder Ernährungsgewohnheiten mit dem Ziel, Gesundheitsrisiken und Ungleichheiten aufgrund geringerer Chancen zu verringern.
- ☞ Das Essen muss ein angenehmer und geselliger Anlass sein.
- ☞ Das Lehr- und Betreuungspersonal muss altersgerechte Aktivitäten zur Ernährungserziehung in die Lehr- und Erziehungstätigkeit einbauen, die dazu beitragen, den Verzehr weniger bekannter oder nicht so beliebter Lebensmittel zu fördern.
- ☞ In den Schulmensen müssen die gastronomischen Traditionen gepflegt werden, um die Kenntnis lokaler kulinarischer Sitten sowie der Essgewohnheiten der verschiedenen Kulturen, die an der Schule vertreten sind, zu fördern.
- ☞ Es ist notwendig, dass die Familien am Projekt zur Ernährungserziehung aktiv und partizipativ mitarbeiten.
- ☞ In den Schulmensen muss eine Kultur der Abfallvermeidung und des respektvollen Umgangs mit unserem Planeten praktiziert werden.

## DIE *ministeriellen* LEITLINIEN

Nach den staatlichen Leitlinien sind bis zu 5 Mahlzeiten pro Woche in der Schulverpflegung vorgesehen. Das Schulessen **soll 35 % des durchschnittlichen Energiebedarfs abdecken**, wobei im Laufe der Woche verschiedene Speisen und Geschmacksnoten angeboten werden, um eine eintönige, aus nur wenigen Nahrungsmitteln bestehende Ernährung zu vermeiden. In den Leitlinien wird auch empfohlen, den Verpflegungsdienst zur Kommunikation mit den Familien zu nutzen, um ihnen im Hinblick auf die Nährstoffzufuhr eine Richtschnur für das Abendessen und ein angemessenes Frühstück zu geben. In diesem Sinne übernimmt die Schulverpflegung wichtige Aufgaben und Ziele zur Förderung der **Gesundheit** der Kinder und Jugendlichen. Vorrangiges Ziel der Schulmensa ist nicht nur die Bereitstellung einer wohlschmeckenden und ausgewogenen Mahlzeit, sondern auch die Vorbeugung von Fettleibigkeit und all jener chronischer degenerativer Krankheiten wie Diabetes, Osteoporose oder Herzerkrankungen, die durch Übergewicht und falsche Ernährung verursacht werden.

## Die **SCHULMENSA**: ein Ort der Begegnung gastronomischer Traditionen



Im Jahr 2010 hat die UNESCO die Mittelmeerküche als Modell für eine gute, einfache, gesunde und bewusste Ernährung als immaterielles Kulturerbe der Menschheit anerkannt. Um immer mehr Menschen für eine gesunde und nachhaltige Ernährung zu gewinnen, ist die Rolle der Institutionen, die spezielle Sensibilisierungskampagnen und Programme zur Ernährungserziehung schon von der frühen Kindheit an fördern, von grundlegender Bedeutung.

Bei der Anwendung der **Ernährungspyramide der mediterranen Küche** muss die Besonderheit Südtirols, wo die deutsche und die italienische Sprachgruppe zusammenleben, berücksichtigt werden. Neben den traditionell vertretenen Sprachgruppen

leben heute in Südtirol rund 46.000 Ausländerinnen und Ausländer mit unterschiedlichem kulturellem Hintergrund. Die Stadtverwaltung hat daher diese bereichernde Vielfalt bei der Zusammenstellung ihrer Speisepläne berücksichtigt und versucht, die Gebote und Gesundheitsgrundsätze der mediterranen Ernährung mit den Ernährungsgewohnheiten der anderen Bevölkerungs-



gruppen, die in unserem Land leben, miteinander zu kombinieren: ganz im Zeichen des Slogans „Essen verbindet“.

# DIE SCHULVERPFLEGUNG IN MERAN

## KURZ ZU *uns*

Das Amt für Bildung und Schulen der Stadtgemeinde Meran ist unter anderem für die Verwaltung der Schulverpflegung zuständig. Die Verpflegung in den Kinderhorten und Kindergärten wird direkt geführt, während für die Grund-, Mittel- und Oberschulen ein gemischtes System aus direkter und ausgelagerter Führung vorgesehen ist. Das Verwaltungssystem ist komplex und stützt sich nicht nur auf interne Bezugspersonen (Köchinnen und Köche für die Zubereitung der Mahlzeiten und Hilfskräfte für den Dienst in den Schulmensen), sondern auch auf externe Einrichtungen wie den Sanitätsbetrieb mit dem Dienst für Hygiene der Lebensmittel und Ernährung (S.I.A.N.) auf lokaler Ebene und die HACCP-Beratung (ein System zur Kontrolle der Lebensmittelproduktion, das die hygienische Sicherheit und die Genießbarkeit gewährleisten soll) zur ständigen Überwachung der Eigenkontrollverfahren. Darüber hinaus beschäftigt das Amt Sachverständige und BeraterInnen für verschiedene technische Aspekte.



## DAS GRÖSSTE RESTAURANT *in Meran*

Mit fast 4.900 „Kundinnen und Kunden“ betreibt das Amt für Bildung und Schulen der Stadt Meran zweifelsohne das größte Restaurant der Stadt! Ein verantwortungsvoller **Auftrag**, der große Sorgfalt, Sachkenntnis und Innovationsfreude erfordert und verdient.

In den sechs direkt von der Stadtverwaltung betriebenen Küchen werden wöchentlich rund 9.000 Mahlzeiten zubereitet. Die Menüs für die Kindergärten, Grund- und Mittelschulen sind auf sechs Wochen angelegt und wechseln je nach Jahreszeit. Angeboten wird daher ein **Wintermenü** von November bis April und ein **Sommermenü** von Mai bis Oktober.

Für die Grund- und Mittelschulen bereiten die Küchen das Mittagessen zu, für die Kindergärten auch eine kleine Jause am Vormittag und am Nachmittag.

Die Speisepläne werden auf der Grundlage der LARN (Referenzwerte für die Nährstoff- und Energiezufuhr) für die verschiedenen Altersgruppen zusammengestellt und müssen ein Gleichgewicht zwischen den Nährstoffanforderungen, den gesundheitlichen Zielen (z. B. Bekämpfung der Fettleibigkeit), den Erfordernissen des Stoffwechsels, des Wachstums und der Krankheitsprävention gewährleisten. Große Aufmerksamkeit muss gleichzeitig der Qualität der Mahlzeiten und ihrer Beliebtheit bei den Nutzerinnen und Nutzern gewidmet werden.





Hier einige Zahlen für das Kalenderjahr 2023

	EINSCHREIBUNGEN INSGESAMT (Schülerinnen und Schüler + Lehrpersonal)	Gesamtzahl der ausgegebenen Mahlzeiten 2023
Schulmensen	3.725	183.854
Kindergärten	1.083	169.131
Kinderhorte	85	14.372
<b>TOTALE</b>	<b>4.893</b>	<b>367.357</b>

In diesem Zusammenhang ist anzumerken, dass von den ausgegebenen Mahlzeiten **ein Teil direkt von den Küchen der Stadtgemeinde und ein Teil von externen Partnern** auf der Grundlage von Vergabeverträgen zubereitet wird. Die externen Partner sind die Vienna/Compass für die Schulmensen Matteotti, Pascoli, Schweitzer und Tappeiner, das Kolpinghaus für die Grundschulen De Amicis und von Gilm und für die Mittelschule Obermais und das Liebeswerk, wo alle Schülerinnen und Schüler der Oberschulen und der Mittelschule Carl Wolf essen.





	Direkt von den Küchen der Stadtgemeinde zubereitete Mahlzeiten EINSCHREIBUNGEN INSGESAMT (Schülerinnen)
Schulmensen	84.315
Kindergärten	163.147
Kinderhorte	14372
<b>Gesamtzahl der Mahlzeiten</b>	<b>261.834</b>

## SONDERDIÄTEN UND MENÜAUSWAHL: *Alle Bedürfnisse finden Beachtung*

Außer dem herkömmlichen Menü sieht die Schulverpflegung der Stadtgemeinde Meran die Möglichkeit einer Sonderdiät aus gesundheitlichen bzw. religiösen, ethischen oder kulturellen Gründen vor.

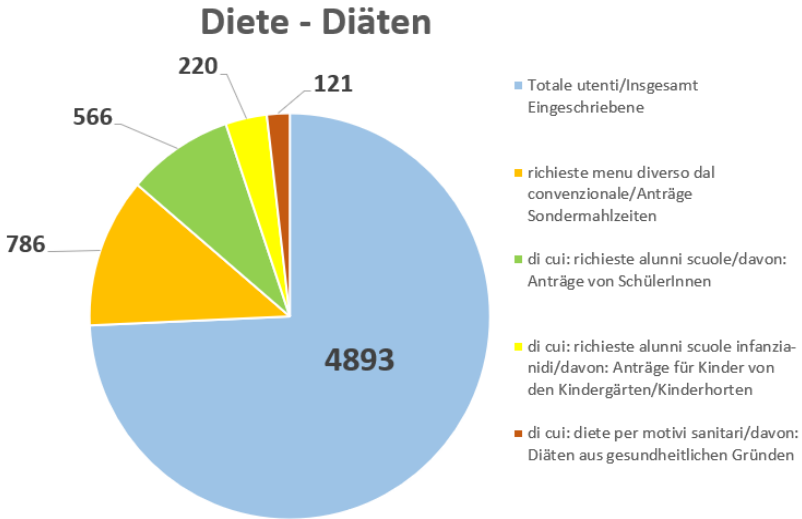
Die Sonderdiäten schließen einige Lebensmittel aus dem Menü aus: Bei Diäten aus gesundheitlichen Gründen werden Lebensmittel gestrichen, die Unverträglichkeiten oder Allergien hervorrufen; Diäten aus religiösen und kulturellen Gründen können sowohl Rind- als auch Schweinefleisch ausschließen oder basieren auf einer Ernährung nicht tierischen Ursprungs.

In unseren Mensen kann zwischen folgenden Vorschlägen gewählt werden:

-  ovo-lakto-vegetarisches Menü
-  glutenfreies Menü
-  laktosefreies Menü
-  und natürlich maßgeschneiderte Menüs bei gesundheitlichen Problemen (bei ärztlicher Verschreibung und Vorgaben des Gesundheitsdienstes)



Hier einige Zahlen für das Kalenderjahr 2023:



## ALLGEMEINE GRUNDSÄTZE:

*Mit der Sicherheit darf nicht gespielt werden*

Die Gerichte werden am selben Tag des Verzehrs zubereitet, und wenn nötig, in geeigneten Behältern transportiert, um in den Mensenräumen der verschiedenen Schulen und Vorschuleinrichtungen ausgegeben zu werden.

Die Zubereitung der Gerichte erfolgt in geeigneten Räumlichkeiten, mit Zubereitungsarten, die eine Kontamination zwischen Lebensmitteln vermeiden. Für die Zubereitung der Sonderdiäten für Zöliakieerkrankte oder für andere Krankheitsbilder sind besondere Verfahren vorgesehen, die jegliche Kontamination ausschließen.

**Zubereitung, Garen und Konservierung sowie Transport und Verteilung der Lebensmittel erfolgen unter geeigneten Vorkehrungen, die die Qualität, Hygiene und Gesundheitsanforderungen der Gerichte über einen Eigenkontrollplan nach dem HACCP-Modell unter Einhaltung der EU-Vorschriften zur Nahrungsmittelsicherheit gewährleisten.**

Unter dem Gesichtspunkt der Sicherheit in Bezug auf Gesundheit ist auch die Verteilung der Speisen in den Schulmensen und die damit verbundene Reinigung, Sterilisation und Desinfektion besonders heikel.



Mensa Matteotti



*Mensa Pascoli*

## EIN BLICK *in die Küche*

**Unsere Köchinnen und Köche wenden gewissenhaft, die folgenden präzisen Regeln und Techniken an:**

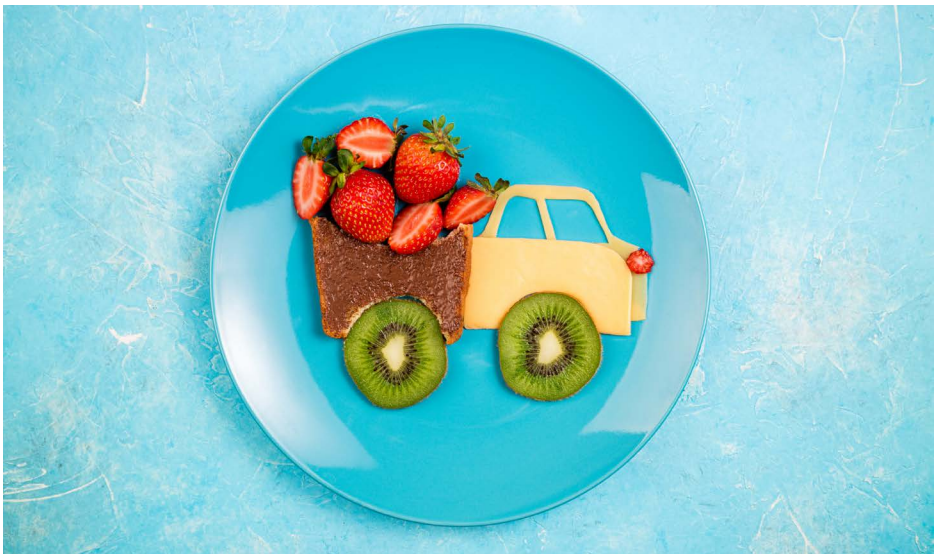
- 🍽 Sie bevorzugen „sanfte“ und „langsame“ Garmethoden wie das Pfannengaren für die Soßen unter Zugabe von Tomaten oder anderen Flüssigkeiten bzw. das Ofengaren oder Braten und vermeiden somit das Anbraten und Frittieren fast zur Gänze
- 🍽 Sie greifen so wenig wie möglich auf Fertig- und/oder Tiefkühlprodukte zurück und bereiten eine große Anzahl an Gerichten, wie z. B. Knödel, Spätzle, Kartoffelpüree, Gnocchi alla Romana, Süßes selbst zu.
- 🍽 Sie bevorzugen die Verwendung von kaltgepresstem Olivenöl gegenüber dem Samenöl und sind sparsam bei der Verwendung von Butter für die Zubereitung der traditionellen Gerichte.
- 🍽 Jodsalz kommt nur in Maßen zum Einsatz, stattdessen werden Gewürze und Kräuter verwendet, damit weniger gesalzene Speisen unterschiedlicher Geschmacksrichtungen zur Gewohnheit werden.
- 🍽 Sie verwenden keine natriumreichen Industrieprodukte (Suppenwürfel, die Glutamat enthalten, Produkte mit Konservierungsstoffen und chemischen Zusätzen).
- 🍽 Wann immer möglich, verwenden sie die Gewürze im Rohzustand.
- 🍽 Die Qualität der verwendeten Nudeln ist so beschaffen, dass sie während des gesamten Zeitraums, von der Zubereitung bis zum Verzehr, einen guten Gargrad beibehalten, daher werden verschiedene Nudelqualitäten getestet und das Garen je nach Uhrzeit des Mittagessens zeitlich gestaffelt.
- 🍽 Nudeln und Soßen werden in getrennten Behältern transportiert und erst in der Schulmensa fertig zubereitet.
- 🍽 Die Wahl fällt vorzugsweise auf frische, biologische, regionale und saisonale Produkte.
- 🍽 Sie besuchen Fortbildungsveranstaltungen, um moderne Zubereitungsmethoden kennenzulernen.

## TRANSPORT und Ausgabe

Für die Konservierung und den Transport der Mahlzeiten werden, wie gesagt, isothermische Behälter verwendet, eine Beibehaltung der Temperatur sowie der qualitativen, hygienischen und organoleptischen Eigenschaften ermöglichen.

Die "Portionierung" der Speisen ist ein sehr wichtiger Moment, der sich auf die Zustimmung zu den Gerichten auswirkt und es muss dabei dafür gesorgt werden, dass die richtige Temperatur und Qualität der servierten Speisen erhalten bleiben. Darüber hinaus müssen diejenigen, die die Portionen austeilten, darauf achten, dass sie den vorgesehenen Mengen für die jeweilige Altersgruppe entsprechen, und den Geschmack der jungen Nutzerinnen und Nutzer so weit wie möglich berücksichtigen.

Darüber hinaus sind strenge Verfahren für die Gewährleistung einer ordnungsgemäßen Ausgabe der Sonderdiäten aus gesundheitlichen Gründen vorgesehen, sowohl im Hinblick auf die Unversehrtheit der Verpackungen und die korrekte Zuordnung zu den Schülerinnen und Schülern, für die sie bestimmt sind, als auch im Bezug auf die Beibehaltung der richtigen Temperaturen.



## DIE SCHULMENSA

*als Gelegenheit für Geselligkeit und Weiterentwicklung*

Das Essen hat nicht nur die Aufgabe, ein Grundbedürfnis zu befriedigen: Bei Tisch zu sitzen, bietet auch die Möglichkeit, zu kommunizieren und Kontakte zu knüpfen. **Bei Tisch verstärken sich soziale Beziehungen und Freundschaften, man kann Ideen austauschen und andere Kulturen kennenlernen.** Die Schulmensen sind daher nicht nur eine Pause vom Schulunterricht, es sind Orte, an denen Werte wie Respekt, das Teilen und Achtsamkeit gegenüber anderen gelehrt werden können, und Orte, an denen man Freundschaften knüpfen und sich von der Mühe und den Sorgen, die mit dem Unterricht verbunden sind, erholen kann. Deshalb achten wir nicht nur auf die Qualität der Speisen, sondern auch auf die **Gestaltung der Räume**, die angenehm, sauber und hell sein müssen, mit nicht zu großen Tischen. Die Räume müssen schallgedämmt sein, um die Kommunikation zu erleichtern und die Konfusion zu begrenzen. Auch die Präsentation der Gerichte muss ansprechend und einladend sein. Das Essen in einer "gefälligen" Umgebung fördert sicherlich eine wichtige Geschmacks- und Ernährungserziehung: Wenn sie gut angeleitet werden, lernen Jungen und Mädchen neue Speisen kennen, die Freude am Kosten und am geselligen Beisammensein bei Tisch, am gemeinsamen Essen mit Gleichaltrigen zu entdecken.





## ZWEI WICHTIGE WERTE:

### *Eigenständigkeit und Umweltbewusstsein*

Schließlich möchten wir in unseren Mensen die Selbstständigkeit der Schülerinnen und Schüler fördern, die sich ihre Mahlzeiten in einem **Selbstbedienungssystem** holen und dabei helfen, den Tisch abzuräumen und in Ordnung zu halten.

Sie können sich selbst bestimmen, wie viel sie essen wollen, indem sie zunächst eine erste Portion erhalten und dann entscheiden können, ob sie eine weitere Portion möchten oder nicht. So lernen sie, auf ihren Körper zu hören und keine Lebensmittel zu verschwenden, indem sie sie im Teller lassen.

Wir konzentrieren uns auch zunehmend auf die Umwelterziehung, indem wir Entsorgungsstellen für Essensreste einrichten, die auf dem System der Mülltrennung basieren.



## QUALITÄTSKONTROLLEN *und Verkostungskommission*

Jedes gut durchdachte System erfordert eine ständige Kontrolle und Überwachung. Eine eigene Kommission, die sich aus Fachleuten des Amtes für Bildung und Schulen, SchulleiterInnen und Eltern zusammensetzt, führt regelmäßig 1 Mal im Jahr eine Qualitätskontrolle in jeder Schulmensa und in jedem Kindergarten durch. Die Kommission bewertet alle Aspekte der Dienstleistung: Qualität und Quantität sowie Temperatur und Würze der Speisen, Sauberkeit und Hygiene, Raumatmosphäre und Akustik, Verhalten des zuständigen Personals, eventuelle Speisereste.

Neben dieser planmäßigen Überwachung führt das Amt bei Bedarf oder aufgrund von Meldungen seitens der Nutzerinnen und Nutzer Überraschungsinspektionen durch.





Mensa Schweitzer

1.1\_MENU INVERNALE STANDARD SCUOLE ELEMENTARI E MEDIE 2023 - 2024 | WINTERMENÜ STANDARD GRUND- UND MITTELSCHULEN 2023 – 2024

	1° settimana   1. Woche	2° settimana   2. Woche	3° settimana   3. Woche	4° settimana   4. Woche	5° settimana   5. Woche	6° settimana   6. Woche
<b>Lunedì   Montag</b>	Insalata verde di cavolo cappuccio   Krautsalat Sottile tagliare con burro, parmigiano ed erba Schäufelchen mit Butter, Parmesan und Schnittlauch A-C-G-F	Insalata verde iceberg   Grüner iceberg Salat Spicchi minestrone rosa   Kartoffelknöden Pasta in limone al sugo di pomodoro   Nudeln mit Ziegen und Tomatensoße A-L-G-M	Insalata verde iceberg con carote   Grüner iceberg Salat mit Karotten Pasta in limone al sugo di pomodoro   Nudeln mit Ziegen und Tomatensoße A-L-G-M	Insalata verde iceberg   Grüner iceberg Salat Pollo al forno con carote e burro   Bratenschinken Crostons und Bruschetta, frittolen A-F	Insalata di carote   Karottensalat Spatole di spinaci con salsa panna e prosciutto di Parma   Spatole di carote con salsa di maionese und Trüffelbischicken A-C-G-F-M	Insalata verde iceberg Grüner iceberg Pasta al pomodoro   Hefenudeln A-L-G-M
<b>Mercoledì   Dienstag</b>	Insalata verde di mais   Grüner Salat mit Mais Pasta integrale con sugo rosso e tonno   Vollkornnudeln mit Tomatensoße und Thunfisch A-L-M-D	Insalate di rape rosse   Rohkostsalat Spezzatino di tacchino con polenta   Trüffelsteinebrot mit Polenta A-L-F-M	Insalata di broccoli   Brokkolisalat Käsebraten in crosta di pane ed erbeute con patate e zucchine   Heilbut in Brot- und Krautkruste mit Karoffeln und Zucchini D-A-G-E-N-H	Insalata di cavolo cappuccio   Krautsalat Cincheddi al formaggio con parmigiano e burro fuso   Macedonia di Parmesan und zerlassener Butter A-C-G-F-N-H	Insalata di carote   Karottensalat Pasta al ragù   Nudeln mit Fleischsoße A-F-M-G	Insalata di carote   Karottensalat Spicchi alla romana al pomodoro   Mozzarella   Mozzarella-Kugeln A-C-G-F
<b>Venerdì   Freitag</b>	Insalata verde di mais   Grüner Salat mit Mais Pasta integrale con sugo rosso e tonno   Vollkornnudeln mit Tomatensoße und Thunfisch A-L-M-D	Insalate di rape rosse   Rohkostsalat Spezzatino di tacchino con polenta   Trüffelsteinebrot mit Polenta A-L-F-M	Insalata di broccoli   Brokkolisalat Käsebraten in crosta di pane ed erbeute con patate e zucchine   Heilbut in Brot- und Krautkruste mit Karoffeln und Zucchini D-A-G-E-N-H	Insalata verde iceberg   Grüner iceberg Salat Pollo al forno con carote e burro   Bratenschinken Crostons und Bruschetta, frittolen A-F	Insalata di carote   Karottensalat Spatole di spinaci con salsa panna e prosciutto di Parma   Spatole di carote con salsa di maionese und Trüffelbischicken A-C-G-F-M	Insalata di carote   Karottensalat Spicchi alla romana al pomodoro   Mozzarella   Mozzarella-Kugeln A-C-G-F
<b>Sabato   Samstag</b>	Insalata verde iceberg   Grüner iceberg Salat Cotoletta alla milanese con insalata di patate   Winterschichtel mit Kartoffelsalat A-C-G-E-F-H-M-N	Insalata di carote   Karottensalat Lasagne alla bolognese   Lasagne mit Fleischsoße A-C-G-E-H-M-F	Insalata di carote   Karottensalat Duche di patate gialle ricotta con ragù bianco   Kartoffelknöden mit Spinat-Quark-Filling und weißen Rahm A-C-F-G-L	Insalata verde iceberg   Grüner iceberg Salat Gulasch di vitello con spätzle al forno   Käseknäuel mit Eispapier A-F-M-C-G	Insalata di carote   Karottensalat Pasta al ragù   Nudeln mit Fleischsoße A-L-G-M	Insalata verde, mais e spinacio   Grüner Salat mit Mais und Spinat Riccetto allo zafferano   Safranrisotto D-F-L-G
<b>Domenica   Sonntag</b>	Insalata verde iceberg   Grüner iceberg Salat Cotoletta alla milanese con insalata di patate   Winterschichtel mit Kartoffelsalat A-C-G-E-F-H-M-N	Insalata di carote   Karottensalat Lasagne alla bolognese   Lasagne mit Fleischsoße A-C-G-E-H-M-F	Insalata di carote   Karottensalat Duche di patate gialle ricotta con ragù bianco   Kartoffelknöden mit Spinat-Quark-Filling und weißen Rahm A-C-F-G-L	Insalata verde iceberg   Grüner iceberg Salat Gulasch di vitello con spätzle al forno   Käseknäuel mit Eispapier A-F-M-C-G	Insalata di carote   Karottensalat Pasta al ragù   Nudeln mit Fleischsoße A-L-G-M	Insalata verde, mais e spinacio   Grüner Salat mit Mais und Spinat Riccetto allo zafferano   Safranrisotto D-F-L-G
<b>Lunedì   Montag</b>	Insalata verde di cavolo cappuccio   Krautsalat Sottile tagliare con burro, parmigiano ed erba Schäufelchen mit Butter, Parmesan und Schnittlauch A-C-G-F	Insalata verde iceberg   Grüner iceberg Salat Spicchi minestrone rosa   Kartoffelknöden Pasta in limone al sugo di pomodoro   Nudeln mit Ziegen und Tomatensoße A-L-G-M	Insalata verde iceberg con carote   Grüner iceberg Salat mit Karotten Pasta in limone al sugo di pomodoro   Nudeln mit Ziegen und Tomatensoße A-L-G-M	Insalata verde iceberg   Grüner iceberg Salat Pollo al forno con carote e burro   Bratenschinken Crostons und Bruschetta, frittolen A-F	Insalata di carote   Karottensalat Spatole di spinaci con salsa panna e prosciutto di Parma   Spatole di carote con salsa di maionese und Trüffelbischicken A-C-G-F-M	Insalata verde iceberg Grüner iceberg Pasta al pomodoro   Hefenudeln A-L-G-M

PAI: di diversi tipi nell'arco della settimana e preferibilmente integrati (vedi descrizione menu) – Allergeni A F G N H C E P – La codificazione degli allergeni è stata effettuata dai cuochi e cuoche del Comune di Merano.  
BROT: verschiedene Sorten im Laufe der Woche und vorzugsweise aus Vollkornmehl (siehe Menübeschreibung) – Allergene A F G N H C E P – Die Kodierung der Allergene wurde von den Köchinnen der Stadtgemeinde Meran vorgenommen.



# FRISCHER WIND IN DER KÜCHE:

## DAS PROJEKT „NACHHALTIGKEIT und BEWUSSTSEIN“

Das Amt für Bildung und Schulen hat im Laufe des Schuljahres 2022-2023 ein wichtiges **Projekt zur Überarbeitung der Menüs** auf den Weg gebracht, bei dem das gesamte Küchenpersonal und die Schulleitung in einen Bildungs- und Entwicklungsprozess eingebunden waren. Das nachstehend vorgestellte Projekt wurde mit Beratung und unter Anleitung von Prof. Fabio Toso, Dozent für Önologastronomie an der Ipseoa P. Artusi in Rom und der Universität Rom3 im Studiengang Önologastronomische Wissenschaften und Kulturen, durchgeführt.

Ausgangspunkt war die Notwendigkeit, die bestehenden Sommer- und Wintermenüs zu überarbeiten und die Mängel des Systems, verbesserungswürdige Aspekte und die zu erreichenden Ziele zu ermitteln.

Das Projekt ist von strategischer Bedeutung, da es viele Aspekte umfasste und auch anderen Zielen diente: in erster Linie der Dienstleistungsqualität und der NutzerInnenzufriedenheit, aber auch der besonders verstärkten Abfallreduzierung, der Notwendigkeit, ein einheitliches Rezeptbuch für alle Küchen einzuführen, der Angleichung der Ankäufe und einem organisierten Beschaffungsmanagement.

### AUSGANGSLAGE UND PROJEKTZIELE

- ☞ Die jungen Nutzerinnen und Nutzer des Schulverpflegungsdienstes sollen gut essen und darüber glücklich sein, dies in der Schulmensa zu tun, was sie zu gesunden und korrekten Ernährungsgewohnheiten erziehen soll.
- ☞ Die Nährwertqualität sowie die sinnliche Qualität müssen gewährleistet werden, mit Essen, das den Geruchs-, Seh- und Geschmackssinn befriedigt.
- ☞ Das Essen muss in bedarfs- und altersgerechten Mengen angeboten werden.
- ☞ Es muss daran gearbeitet werden, die Lebensmittelverschwendung (Essensreste im Teller und in der Küche) auf ein

Minimum zu reduzieren.

- 🍽️ Vor allem in den Kindergärten wurden die Essensreste regelmäßig überprüft und es wurde eine überschüssige Produktion von Essen im Verhältnis zu den Bedürfnissen der Kinder festgestellt, vor allem der Kinder im ersten Kindergartenjahr (Alter: 3 Jahre).
- 🍽️ In den Schulmensen haben zudem neue Nutzerinnen und Nutzer, die Multikulturalität und die exponentielle Zunahme des Bedarfs an besonderen Diäten aus Gesundheitsgründen die Produktionsverfahren ziemlich stark beeinflusst.
- 🍽️ Es ist notwendig, die Ausgaben durch eine kluge Verwaltung der Beschaffung von Lebensmitteln einzudämmen und dabei trotzdem absolute Qualität der Rohstoffe zu gewährleisten.
- 🍽️ Die Zutaten der Gerichte müssen mit großer Sorgfalt ausgewählt werden, dabei sind saisonale und regionale Produkte sowie Bio-Produkte zu bevorzugen.
- 🍽️ Alle Menüentscheidungen erfolgen mit besonderem Augenmerk auf das Kosten-Nutzen-Verhältnis (wobei auch die vom Personal in der Zubereitung, Organisation und Verwaltung investierte Zeit unter die Kosten fällt).
- 🍽️ Die Mahlzeiten, die von der Produktionsküche zur Schulmensa transportiert werden, bedürfen besonders sorgfältiger Überlegungen, indem Strategien entwickelt werden, die eine Beibehaltung der Qualität auch nach dem Transport ermöglichen.



## DIE HERAUSFORDERUNG: *das Einzelgericht*

Als wichtigstes und strategisches Werkzeug, um einen Großteil der genannten Ziele zu erreichen, hat sich ein Menü ergeben, das täglich **ein komplettes Einzelgericht** anbietet, mit Beilage, Brot und Obst, und das in jeder Hinsicht vollständig, ausgewogen und schmackhaft ist.

Das Einzelgericht trägt allen Bedürfnissen einer modernen Ernährung Rechnung und ist im Einklang mit den ministeriellen Empfehlungen. Diese Lösung entspricht dem inzwischen von einem Großteil der Familien angewendeten Schema der Familien, für die traditionelle Mahlzeit aus Vorspeise-Hauptspeise-Beilage-Obst besteht.

Das Einzelgericht ermöglicht es, in die Dynamiken der Küchen einzugreifen und dabei nicht auf die Quantität, sondern auf die Qualität zu setzen, sodass sich die Köchinnen und Köche der Zubereitung von hausgemachten Gerichten widmen können.

Das Einzelgericht trägt letztendlich dazu bei, die Verschwendung von Lebensmitteln und Speiseresten einzudämmen und den Rhythmus der Mahlzeiten fließender und entspannter zu gestalten.

### Allgemeine Bestimmungen und Leitgedanken der neuen Menüs

Alle Projektphasen zeichneten sich durch feste Ziele und folgende, wichtige Leitgedanken aus:

- ☞ die Einhaltung der in den LARN (Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr für die italienische Bevölkerung) angeführten Ernährungsempfehlungen, mit dem Angebot eines ernährungstechnisch korrekten Menüs
- ☞ die Festlegung eines einheitlichen Menüs für Kindergärten und Schulen, das sowohl traditionelle als auch einige andere, „neue“ Speisen anbietet
- ☞ die Differenzierung der Portionen nach dem Alter der Tischgäste (verschiedene Altersklassen: Kinderhorte, Kindergärten, Grund- und Mittelschulen)
- ☞ die Neufestlegung der Portionen mit deren Vergrößerung um 20 % angesichts der Einführung des Einzelgerichts

- ☞ die Berücksichtigung der zusätzlichen Portionen: die Tatsache, dass viele Kinder noch etwas mehr essen wollen, was vorgesehen sein soll, ohne jedoch zu übertreiben, um das Risiko Übergewicht abzuwenden
- ☞ die Betrachtung der Menüs sowohl in ihrer „horizontalen“ (6-Wochen-Nährstoffbilanz) als auch in ihrer „vertikalen“ Anwendung (wöchentliche Nährstoffbilanz Montag/Freitag), wobei man bedenken muss, dass in den Kindergärten und in den Ganztagschulen jeden Tag Mittag gegessen wird, während in einigen Schulen die Mensa nur an den Tagen mit Nachmittagsunterricht in Anspruch genommen wird
- ☞ die Förderung des Gemüseverzehrs, entweder als gekochte bzw. als rohe Beilage oder als Zutat im Einzelgericht
- ☞ die Förderung des Verzehrs von Hülsenfrüchten, sowohl als Teil des Einzelgerichts als auch in Salaten
- ☞ ein reduzierter Einsatz von Tiefkühl- oder Fertigprodukten zugunsten einer höheren gastronomischen Qualität (weniger Zubereitung von Vor- und Nachspeisen, dafür mehr Zeit für Hausgemachtes)
- ☞ die Einführung einiger in den Küchen selbst zubereiteter Nachspeisen am Ende einiger Mahlzeiten (3 Mal in 6 Wochen)
- ☞ die Berücksichtigung der Saisonalität und Kodierung von Obst und Gemüse: Ein gut zusammengestelltes Menü kann nicht von der Saisonalität der Mahlzeiten absehen, daher lag bei der Auswahl der Gerichte der Schwerpunkt auf der Saisonalität der Produkte.
- ☞ Nach den Richtlinien muss der Wechsel von rohem und gekochtem Gemüse genau angegeben werden; eine allgemeine Beschreibung ermöglicht es den Eltern nicht, den Speiseplan durch das Abendessen zu ergänzen und entsprechend zu variieren, und auch nicht die Wiederholung derselben Gemüsesorte im Laufe der Woche zu vermeiden.
- ☞ Daher wurde im Menü auf die Angabe „Gemüse oder Obst der Jahreszeit“ verzichtet, vielmehr wurde darin genau angeführt, um welches Obst und Gemüse es sich handelt; auf diese Weise ist die Information an die Nutzerinnen und Nutzer genau und transparent.





*Mensa Deflorian*

## DIE PROJEKTSCHRITTE

01

### DIE „MOMENTAUFNAHME“ DER AUSGANGSLAGE

Das Projekt zur Überarbeitung der Menüvorschläge wurde mit einer ersten Bewertungsphase gestartet: Es wurden gemeinsam mit allen Köchinnen und Köchen der Schulkinder der Stadtgemeinde Meran die Schwachstellen des bestehenden Menüs durch die Beantwortung folgender Fragen ermittelt: Welche sind erfahrungsgemäß unbeliebte Speisen und Kombinationen (was zu Lebensmittelverschwendung führt)? Was ist hingegen eine gute Wahl Speisen unter dem Aspekt der Beliebtheit? Was sind gute Gerichte unter dem ernährungstechnischen Gesichtspunkt?

02

### DIE ANALYSE DER VORSCHLÄGE UND DER KOMBINATIONEN

Die unter dem ernährungswissenschaftlichen Aspekt sinnvollsten, nachhaltigsten und beliebtesten Lebensmittelkombinationen wurden dann anhand einiger Leitgedanken untersucht:

- In den Kindergärten muss die Jause am Vormittag so nährstoffreich wie möglich sein, um den Nährstoffbedarf der Kleinen am frühen Morgen zu decken (dabei ist zu berücksichtigen, dass die Kinder aus mehreren Gründen, oft ohne ein angemessenes Frühstück und daher praktisch mit leerem Magen in die Schule kommen).
- Das Mittagessen muss mit einem Salat oder mit rohem Gemüse beginnen, gefolgt von einem kompletten Einzelgericht, die eine angemessene Energiemenge, Kohlenhydrate, Glukose, Ballaststoffe, Eiweiße, Fette enthält. Die Mahlzeit muss mit etwas Obst oder einer kleinen Nachspeise enden. Die angebotenen Gerichte müssen gesund und schmackhaft, abwechslungsreich und

---

schön „für das Auge schön“ sowie leicht aber nahrhaft sein; sie müssen es den Kindern ermöglichen, den Geschmack zu entwickeln, indem sie angeregt werden, neue Speisen zu kosten und die Speisen der jeweiligen Jahreszeit und jene anderer Kulturen kennen zu lernen und richtig zuzuordnen.

03

### **DIÄTVARIANTEN**

Die Köchinnen und Köche haben zum vorgeschlagenen Menü jeweils Diätvarianten erstellt, d. h.: ein ovo-lacto-vegetarisches Menü für diejenigen, die weder Fleisch noch Fisch essen, ein glutenfreies Menü und ein laktosefreies Menü. Wie bereits erwähnt, müssen unsere Produktionsküchen die Besonderheit der Mahlzeiten bei Vorliegen bestimmter klinischer Bedingungen (Allergien/Unverträglichkeiten) oder ethischer/kultureller/religiöser Bedürfnisse berücksichtigen.

04

### **DIE BESTIMMUNG VON ALLERGENEN**

Schließlich wurden alle Allergene genau überprüft, die mit den Zubereitungen verbunden sind und die Fotos dieser Speisen wurden aktualisiert, um sie in das digitale Menü auf den Bildschirmen der Kindergärten einzufügen.

05

### **DIE ÜBERPRÜFUNG DER NEUEN MENÜS DURCH DEN SIAN**

Die neuen Wintermenüs wurden schließlich dem SIAN (Dienst für Diät und Ernährung des Südtiroler Sanitätsbetriebs), dem für die Überwachung, Gesundheitsförderung und Prävention im Bereich der Schulverpflegung zuständigen Landesgremium, vorgelegt.

Das Menü wurde vom SIAN bewertet und im Hinblick auf die Standardkriterien, den LARN, den Leitlinien und der bromatologischen Zusammensetzung der Speisen gutgeheißen.

**LETZTE PROJEKTPHASE: DIE ERSTELLUNG EINES KOCHBUCHS „DER NEUESTEN GENERATION“**

Diese Phase erforderte von der gesamten Gruppe großes Engagement. Sobald die neuen Menüs fertig waren, wurde das bestehende Kochbuch vollständig überarbeitet. Für jedes Gericht wurde eine sehr genaue und detaillierte Kartei erstellt. Dies nicht nur für die Hauptgerichte, sondern auch für die Beilagen und Salate oder für die Jausen in den Kindergärten. In jeder einzelnen Kartei wurden die zu verwendende Produkte, deren Gewichte (je nach Alter), die Zubereitungstechniken, Zubereitungsarten und die Kochzeit angeführt.

Dies ist die Vorarbeit zur Fortsetzung des Projekts, das die Einrichtung einer Einheitlichen Stelle für Einkauf und Beschaffung anstrebt: Ziel ist eine zentralisierte Verwaltung der Bestellungen und Einkäufe, um zu den bestmöglichen Bedingungen einzukaufen, die Qualität der Ware zu überwachen und die Produktionskapazität der Küchen zu steigern... ABER DAS IST EIN WEITERES KAPITEL, EINE NEUE HERAUSFORDERUNG!

**UNTER DEM MOTTO: NO WASTE!**

Trotz guter Ergebnisse auch im Sinne einer spürbaren Abfallreduzierung, dank des laufenden Innovationsprozesses des Schulverpflegungssystems, gibt es unvorhersehbare Gründe, die manchmal zur Entstehung übrig gebliebener Speisereste beitragen. Eines unserer Hauptziele ist die Bekämpfung der Lebensmittelverschwendung sowohl bei der Zubereitung, d. h. durch eine gute Dosierung der Mengen und Portionen und mit dem Fokus auf die Beliebtheit der Speisen, als auch durch die Verwertung von übrig gebliebenen Lebensmitteln in den gemeindeeigenen Schulmensen.

Durch Einbeziehung lokaler Vereine wird bald ein

---

Projekt zur Verwertung und Umverteilung von übrig gebliebenen Lebensmitteln an bedürftige Menschen starten. Es werden bewährte Kooperationsmethoden für die Festlegung der Orte, Tage und Uhrzeiten der Einsammlung und Verteilung ausgearbeitet. Zudem wird auf umweltfreundliche Methoden für den Transport der Speisen gesetzt, wie zum Beispiel die Nutzung von wiederverwendbaren Behältern.







*Titel: Alle zu Tisch! Schulverpflegung in Meran*

*Idee, grafische Gestaltung und Layout: Referat für Schule der Stadtgemeinde Meran*

*Texte: Claudia Tomio und Barbara Cali, Amt für Bildung und Schulen der Stadtgemeinde Meran*

*Deutsche Übersetzung: Christina Baumgartinger, Ilse Flader und Sandy Kirchlechner, Übersetzungsbüro der Stadtgemeinde Meran*

*Fotografien: Fotoarchiv der Stadt Meran, mit spezifischen Beiträgen von der On-line-Plattform Envato*

*Druck: Gemeinde Meran*

*Meran, April 2024*

*Kontaktinformationen: Amt für Bildung und Schulen der Stadt Meran:  
claudia.tomio@gemeinde.meran.bz.it, barbara.cali@gemeinde.meran.bz.it*

*Website:[https://www.comune.merano.bz.it/de/Schulausspeisung\\_Mensa\\_](https://www.comune.merano.bz.it/de/Schulausspeisung_Mensa_)*

*Danksagung: Besonderer Dank gilt allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Schulverpflegung, dem unterrichtenden und nicht unterrichtenden Personal, dem Hilfspersonal und den Familien für ihr tägliches Engagement und die fruchtbare Zusammenarbeit.*



STADTGEMEINDE **MERAN**  
COMUNE DI **MERANO**  
Referat für Schule  
Assessorato alla scuola