



Checkliste für ein Menü, 4 - 5 Tage Verpflegung pro Woche

GEMEINSCHAFTSVERPFLEGUNG (K-GV)					
Kriterien für ein Menü (GV) bzw. Tagesgericht (Gastronomie)					
Angebot	Kriterien je Häufigkeit der Verpflegung				
	4 - 5 Tage pro Woche	Woche/Datum	Woche/Datum	Woche/Datum	Woche/Datum
SPEISEPLANKOMPONENTEN					
Suppenangebot	mind. die Hälfte der angebotenen Suppen sind Gemüsesuppen				
Vegetarische Gerichte	mind. 1x pro Woche				
Fleisch-/Wurstgerichte	max. 3x pro Woche				
davon magere Fleisch-/Wurstgerichte in fettarmer Zubereitung	bei 3 Fleischgerichten pro Woche: mind. 1x bei 2 Fleischgerichten pro Woche: mind. 1x bei 1 Fleischgerichten pro Woche: keine Vorgabe				
Fischgerichte	mind. 2x pro Monat				
Süße Hauptgerichte	max. 1x pro Woche				
Obstanteil roh/gegart	bei jedem süßen Hauptgericht				
Anteil an fettarmer Milch/fettarmem Milchprodukt	mind. 2x pro Monat				
Vollkornanteil	mind. 25 %				
Nachspeisen	mind. 2x pro Woche				
davon Obst roh/gegart	mind. 1x pro Woche				
davon fettarme Milch/fettarmes Milchprodukt	mind. 1x pro Woche				
Vollkornanteil	mind. 25 %				
Frittiertes/Paniertes/in Fett Herausgebackenes	max. 2x pro Monat				
Kalorienfreie bzw. -arme Getränke	täglich				