

Leerliste zur Überprüfung der Häufigkeiten von Lebensmitteln pro 20 Tage in der Mittagsverpflegung

Name der Schule: _____

Zeitraum der Auswertung: _____

Menükomponente	Ist	Summe	Soll	erreicht	
				ja	nein
Getreide, Getreideprodukte und Kartoffeln¹ davon	_____	_____	20-mal	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vollkornprodukte ²	_____	_____	mind. 4-mal	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kartoffelerzeugnisse ³	_____	_____	max. 4-mal	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gemüse⁴, Hülsenfrüchte oder Salat, davon	_____	_____	20-mal	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Rohkost oder Salat	_____	_____	mind. 8-mal	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Obst⁵	_____	_____	mind. 8-mal	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Milch oder Milchprodukte⁶	_____	_____	mind. 8-mal	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Fleisch⁷/Wurst insgesamt, davon	_____	_____	max. 8-mal	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
mageres Muskelfleisch	_____	_____	mind. 4-mal	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Seefisch⁸, davon	_____	_____	mind. 4-mal	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
fetter Seefisch ⁹	_____	_____	mind. 2-mal	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Frittierte und/oder panierte Produkte	_____	_____	max. 4-mal	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

1 abwechslungsreich anbieten, Reis in den Qualitäten Parboiled Reis oder Naturreis

2 Naturreis, Vollkornbrot oder -brötchen, Vollkornteigwaren, Gerichte mit Vollkornmehl

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

4 frisch oder tiefgekühlt

5 frisch oder tiefgekühlt ohne Zuckerzusatz

6 Milch: 1,5 % Fett, Naturjoghurt: 1,5–1,8 % Fett, Käse: max. Vollfettstufe (≤ 50 % Fett i. Tr.), Speisequark: max. 20 % Fett i. Tr.

7 Putenbrust, Hähnchenschnitzel, Hühnerfrikassee, Rinderroulade, Geschnetzeltes

8 Fisch aus nicht überfischten Beständen

9 Hering, Makrele, Matjes

Quelle: Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V., November 2014

Weitere Erläuterungen zu den Lebensmittelgruppen und Beispiele finden Sie im DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung (4. Auflage) in Tabelle 3 auf Seite 16 und Tabelle 5 auf Seite 19.

Name des Ansprechpartners
für die Schulverpflegung

Ort, Datum

Unterschrift