



Schule auf EssKurs – Optimale Verpflegung in der Schule

Annette Liebner

Teil der Schul- und Lernkultur – die Ausgestaltung einer gesunden Ernährung ist somit den Schulen in Eigenverantwortung überlassen.

Bedeutung einer optimalen Verpflegung

Der nationale Aktionsplan zur Prävention von Fehlernährung, Bewegungsmangel, Übergewicht und damit zusammenhängenden Krankheiten fördert u. a. die Bildung und Information über Ernährung und die Qualitätsverbesserung der Verpflegung außer Haus. Durch die Zunahme der Ganztagschulen und die Notwendigkeit, hier eine vollwertige Mittagsverpflegung einzurichten, sind Schulen eine Zielgruppe des Aktionsplans. Dabei leistet eine vollwertige Ernährung in der Schule einen wichtigen Beitrag zur Energie- und Nährstoffversorgung; kann Ernährungsdefizite, die außerhalb der Schule begründet sind, ausgleichen; hält Kinder während des Unterrichts fit und leistungsfähig; vermittelt neue Esserlebnisse und Esskultur; ermöglicht und fördert Kommunikation.

Anforderungen an das Verpflegungsangebot

Eine Befragung von ca. 2000 Schülern an 18 Ganztagschulen - durchgeführt von der Uni Göttingen - ergab eher schlechte Noten für die Qualität und Organisation des Mittagessens an Schulen. Die Schüler bemängelten den Geschmack des Essens, das unzureichende Getränkeangebot, beurteilten das Personal als unfreundlich, empfinden die Wartezeiten bei der Essensausgabe als zu lang und kritisieren die sterile Atmosphäre in den Schulmensen. Wesentliche Punkte, die es somit zu verbessern gilt, sind der Geschmack und die Qualität des Essens, die

Gestaltung der Kantine, Service und Organisation.

Die Leistungsbereiche, die eine optimale Verpflegung ausmachen, reichen vom eigentlichen Angebot der Speisen und Getränke über deren Kennzeichnung, den Räumlichkeiten, Essenszeiten bis über das Personal und Kosten des Essens. Dabei gewichten die unterschiedlichen Zielgruppen (angefangen bei den Schülern, über Lehrer, Eltern, Schulträger, Gesetzgeber, Fachverbände) die Vielzahl von Aspekten unterschiedlich, z.B.: ernährungsphysiologische, sensorische, hygienische, ökologische und oder rechtliche Anforderungen.

Der Rahmen: Empfehlungen, Kriterien, rechtliche Vorgaben

Orientierung für die Zusammenstellung der einzelnen Mahlzeiten bietet Optimix (optimierte Mischkost) vom Forschungsinstitut für Kinderernährung, Dortmund (www.fke-do.de).

Diese Empfehlungen werden in der Bremer Checkliste berücksichtigt, die einen Überblick für einen Wochenspeiseplan für eine 5-Tage-Woche gibt. Wer eine Bestandsaufnahme seiner Verpflegung machen möchte, kann dies anhand der Checklisten „Qualitätsstandards für Schulverpflegung“ der DGE

(www.schuleplusessen.de).

Neben den ernährungsphysiologischen Gesichtspunkten sind rechtliche Vorgaben zur Lebensmittelhygieneverordnung und zum Infektionsschutzgesetz §§ 42 und 43 zu beachten.

Akzeptanz der Verpflegung

Die Akzeptanz der Verpflegung wird nicht allein durch den Speiseplan bestimmt. Entscheidend ist der Gesamteindruck der Verpflegungssituation, der durch die Beteiligung und Mitgestaltung al-

Seit 1991 profitieren niedersächsische Multiplikatoren von Ernährungsbildung und Ernährungsinformation durch das Team der Verbraucherzentrale. Ziel dabei ist es, Kinder, Jugendliche und Erwachsene in puncto Ernährung zu qualitätsorientiertem, eigenverantwortlichem Handeln zu motivieren. Ein wichtiges Anliegen besteht darin, mehr Transparenz beim Lebensmittelangebot zu erreichen, mit Blick auf aktuelle Trends und Technologien. Das Ernährungsteam, bestehend aus sechs Diplom-Oecotrophologinnen, bietet niedersachsenweit ein umfassendes Angebot an Maßnahmen und praxisbezogenen Umsetzungsmöglichkeiten, Informationen, Weiterbildung und Unterstützung für Schulen, Kindertageseinrichtungen, Kantinen, Mensen und überall dort, wo Wert auf eine gesunde, nachhaltige Ernährung gelegt wird.

Zu Beginn der Projektstätigkeit hat das Ernährungsteam Schulen zu dem 1991 eingeführten Müslierlaß beraten, dieser Erlass ist jedoch seit Ende 2006 abgesetzt. Vorgaben für ein Ernährungsangebot an Schulen gibt es damit nicht mehr. Lediglich im Orientierungsrahmen Schulqualität in Niedersachsen findet man unter Punkt 3.2 Gesundheitsförderung im Schulalltag den Hinweis „Ausreichende Bewegung, gesunde Ernährung und Entspannung sind

ler Personen, von den konsumierenden Schülern, über die zahlenden Eltern bis hin zu den Lehrkräften, die aus dem Essen ein Gemeinschaftserlebnis in der Schule machen können, positiv beeinflusst werden kann. Empfehlenswert ist die Einrichtung einer Mensa AG, die sich aus den unterschiedlichen Gruppen zusammensetzt. Aufgaben der Mensa AG ist u.a. die Erwartungen und Wünsche der Schulgemeinschaft zu ermitteln und mit den Möglichkeiten vor Ort abzugleichen, die Informationsweitergabe an Schüler und Eltern und weitere Überlegungen für Maßnahmen zur Mitgestaltung einer optimalen Verpflegung.

Bei der Umsetzung zur Einrichtung oder Optimierung von Verpflegungsangeboten in der Schule unterstützten die Projektmitar-

beiterinnen der Verbraucherzentrale mit folgenden Angeboten:

Angebote des Ernährungsteams der VZN

- Bausteine für schulinterne Fortbildungen für Lehrkräfte zur Mittagsverpflegung:

I „Was gibt's zu essen?“ Qualitätskriterien und Bestandscheck,
II. „Let's eat!“ Verpflegungsakzeptanz und Belebung der Essenskultur in Schulen durch erlebnisorientierte Module

- Bausteine zur Pausenverpflegung:

„Gleich morgens in der Zuckerfalle!“,

„Saftladen – Getränke im Blick-

punkt!“,

„Frühstücksrallye – die drei Elemente eines guten Frühstücks!“

„Alle mischen mit – Schülerbeteiligung bei der Pausenverpflegung!“

- Schulaktionsplan „Schule auf EssKurs“

Vergabe einer Auszeichnung (Sterne für die Schulverpflegung) an Schulen, die ihre Mittagsverpflegung optimieren möchten

Verbraucherzentrale Niedersachsen

Beratungsstelle Osnabrück

Große Straße 67

49074 Osnabrück

Tel: 0541 / 21095

a.liebner@vzniedersachsen.de

www.verbraucherzentrale-niedersachsen.de