



Schule + Essen = Note



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

Menükomponente	Ist	Summe	Soll	erreicht	
				Ja	Nein
Speisekartoffeln¹, Parboiled Reis, Teigwaren und andere Getreideprodukte, davon		—	20-mal abwechselnd		
- Vollkornprodukte ²		—	mind. 4-mal		
- Kartoffelerzeugnisse ³		—	max. 4-mal		
Gemüse⁴, Hülsenfrüchte oder Salat, davon		—	20-mal		
- Rohkost oder Salat		—	mind. 8-mal		
Obst⁵		—	mind. 8-mal		
Milch und Milchprodukte⁶		—	mind. 8-mal		
Fleisch⁷ insgesamt, davon		—	max. 8-mal		
- Fleischerzeugnisse inkl. Wurstwaren		—	max. 4-mal		
Seefisch⁸		—	mind. 4-mal		
süßes Hauptgericht		—	max. 2-mal		
Frittierte und/oder panierte Produkte		—	max. 4-mal		

¹ Speisekartoffeln, als Rohware ungeschält oder geschält, als Pellkartoffeln, Salzkartoffeln, Folienkartoffeln, Püree, Kartoffelsalat

² Vollkornbrot/-brötchen, Vollkorntoast, Vollkornteigwaren, Vollkornpizza, Naturreis

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

⁴ frisch oder tiefgekühlt

⁵ frisch oder tiefgekühlt ohne Zuckerzusatz

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

⁷ mageres Muskelfleisch, Fleischsorten abwechselnd anbieten

⁸ aus nicht überfischten Beständen