



Rheinland-Pfalz

Dienstleistungszentrum
Ländlicher Raum Eifel

Schule is(s)t regional – ein Plus für Alle

Irmgard Lütticken

DLR Eifel

Westpark 11 - 54634 Bitburg

06561/ 9480-439

irmgard.luetticken@dlr.rlp.de

www.ernaehrungsberatung.rlp.de





Schule is(s)t regional

Lebensraum Schule



Mensa



Klassenraum





Schule is(s)t regional

frische, geschmacklich voll
ausgereifte Produkte

kurze
Transportwege

Erhaltung der Arten-
und Produktvielfalt

Pflege und Erhaltung der
Kulturlandschaft



Transparenz durch
direkte Kommunikation
zwischen Erzeuger/
Verbraucher
➔ Vertrauen

Wertschätzung für
Tradition und Kultur

Sicherung von
Arbeitsplätzen,
Stärkung regionaler
Wirtschaftskreisläufe

saisonal oft günstig
im Preis



DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung



www.schuleplussessen.de

1. Hintergründe und Ziele
2. Gestaltung der Verpflegung
3. Rahmenbedingungen in Schulen
4. Rahmenbedingungen für die Verpflegung
5. Nachhaltigkeit
6. Zertifizierung
7. Weiterführende Informationen

Speiseplanung

Zeitraum: 20 Verpflegungstage



Rheinland-Pfalz

DIENSTLEISTUNGSZENTREN
LÄNDLICHER RAUM

Lebensmittelgruppe	Häufigkeit
Getreide, -produkte, Kartoffeln	20 x davon: mind. 1 x Vollkornprodukte max. 1 x Kartoffelerzeugnisse
Gemüse, Salat	20 x davon: mind. 2 x Rohkost oder Salat
Obst	mind. 8 x
Milch, -produkte	mind. 8 x
Fleisch, Wurst, Fisch, Ei	max. 8 x Fleisch/ Wurst davon: mind. 1 x mageres Muskelfleisch mind. 4 x Seefisch davon: mind. 2 x fettreicher Seefisch
Fette, Öle	Rapsöl ist Standardöl
Getränke	20 x



Schule is(s)t regional

Gelebte Ernährungsbildung

Wissen, wo's herkommt



Grundnahrungsmittel
verarbeiten, weniger
Fertigprodukte



Wertschätzung von
Lebensmitteln





Was bedeutet „Regionalität“?

Es gibt bisher keine einheitliche Definitionen der Begriffe „regional“ und „Region“.

Abgrenzung der „Region“ durch

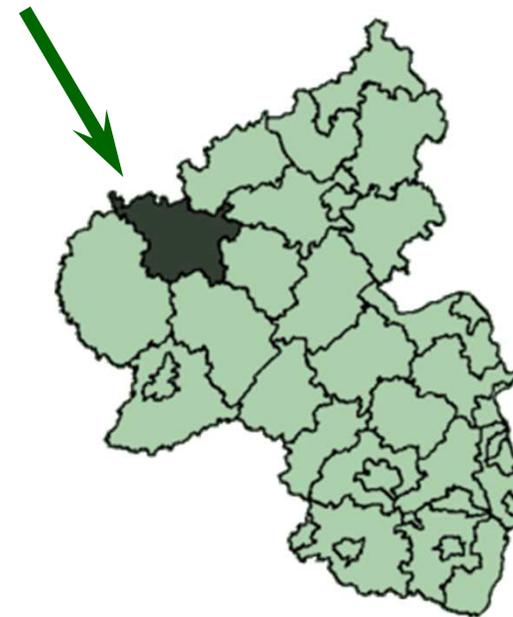
- Politisch-administrative Grenzen
- Naturräume
- Genaue Kilometerangaben



Was bedeutet Regionalität?



Landkreis Vulkaneifel





Was bedeutet Regionalität?



Umkreis von ...km





Was bedeutet „regionale Produkte“?

Es gibt bisher keine einheitliche Definitionen des Begriffs „regionale Produkte“.

Wikipedia:

„...Lebensmittel, die in derselben Region erzeugt und verbraucht werden.“



Was bedeutet „regionale Produkte“?

Kriterien können sein:

- (der überwiegende Anteil der) Rohstoffe aus der Region
- Verarbeitung in der Region
- Vermarktung in der Region
- Einsatz heimischer Futtermittel (und weitere Anforderungen an die Tierhaltung)
- ...
- ...



Produkte aus der Region

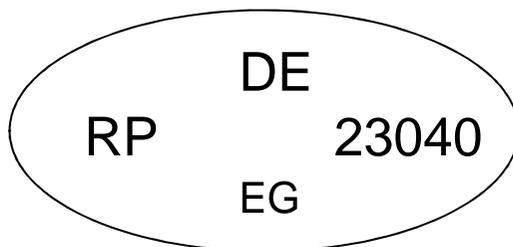
Beispiele



Regional

- ✓ Wo kommt es her?
- ✓ Wo wurde es verarbeitet?
- ✓ Wie hoch ist der regionale Anteil?

Neutral geprüft durch: **Kontroll GmbH**
www.regionalfenster.de





Produkte aus der Region

www.genussvomhof.de



www.einkaufen-auf-dem-bauernhof.com



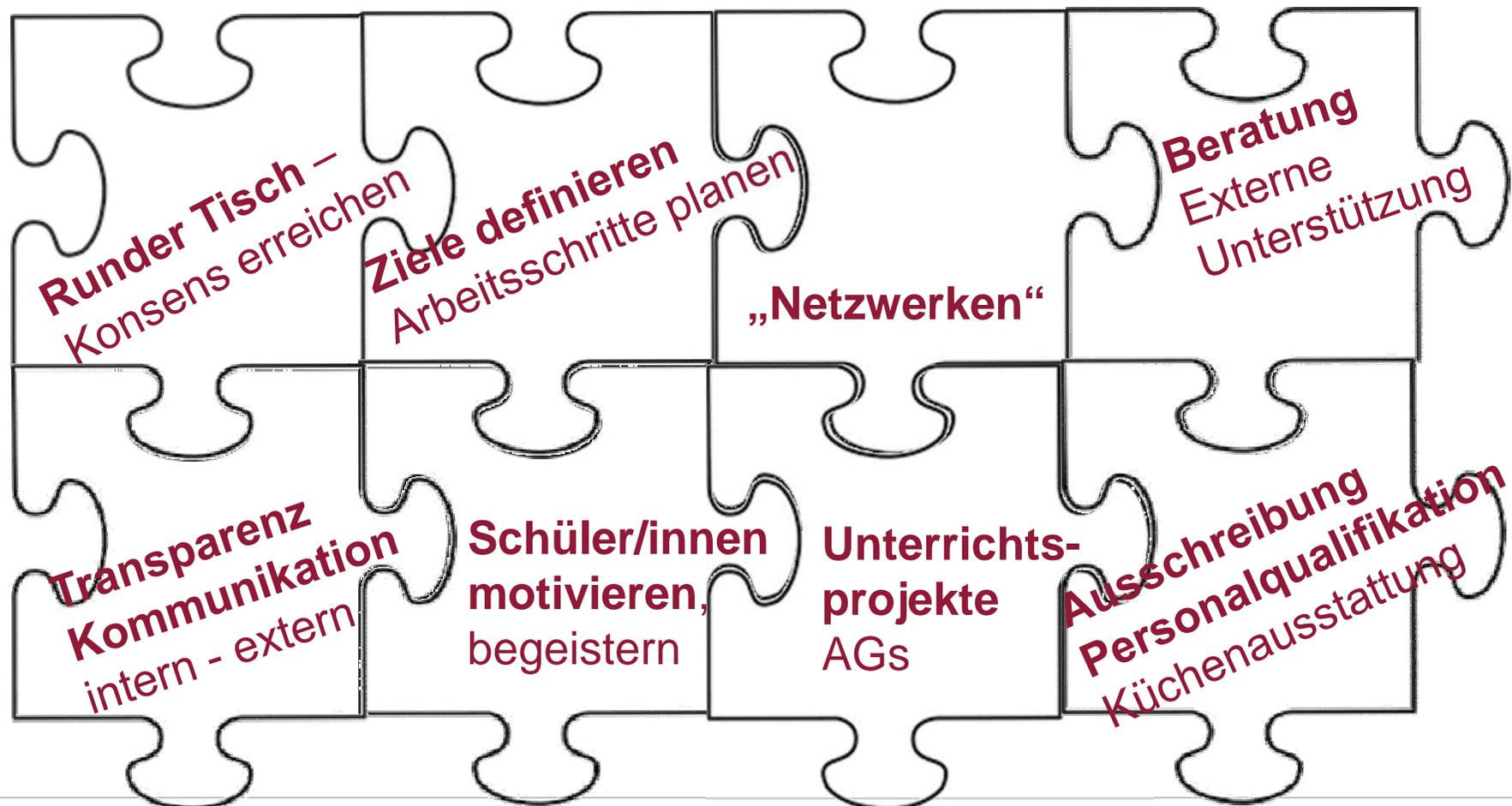
www.bioeinkaufen-rlp.de





Schule is(s)t regional...

...viele Puzzleteile ergeben ein Ganzes



Heimisches Obst und Gemüse: Wann gibt es was?

	Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sep.	Okt.	Nov.	Dez.
Obst												
Äpfel	📦	📦	📦	📦	📦		🌟	🌟	🌟	📦	📦	
Aprikosen							🌟	🌟				
Birnen	📦							🌟	🌟	📦	📦	📦
Brombeeren								🌟	🌟	🌟		
Erdbeeren				📦	🌟	🌟	🌟	🌟	📦			
Heidelbeeren							🌟	🌟				
Himbeeren					📦	🌟	🌟					
Johannisbeeren					🌟	🌟	🌟					
Kirschen, sauer							🌟	🌟				
Kirschen, süß					📦	🌟	🌟					
Mirabellen							🌟	🌟				
Pfirsiche							🌟	🌟				
Pflaumen								🌟	🌟			
Quitten										🌟	🌟	
Stachelbeeren							🌟	🌟	🌟			
Tafeltrauben								🌟	🌟	🌟		
Gemüse												
Blumenkohl				📦	🌟	🌟	🌟	🌟	🌟	🌟	🌟	
Bohnen							🌟	🌟	🌟	🌟		
Brokkoli					🌟	🌟	🌟	🌟	🌟	🌟	🌟	
Chicorée	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦
Chinakohl	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦
Grünkohl	🌟	📦								🌟	🌟	🌟
Gurken: Salat-, Minigurken		📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦
Gurken: Einlege-, Schälgurken						🌟	🌟	🌟	🌟			
Erbsen						🌟	🌟	🌟	🌟	🌟		
Kartoffeln	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦
Knollenfenchel						🌟	🌟	🌟	🌟	🌟	🌟	
Kohlrabi				📦	🌟	🌟	🌟	🌟	🌟	🌟	📦	
Kürbis	📦	📦	📦						🌟	🌟	🌟	📦
Möhren	📦	📦	📦	📦	📦	📦	🌟	🌟	🌟	🌟	🌟	📦

	Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sep.	Okt.	Nov.	Dez.
Pastinaken	📦	📦	📦	📦					🌟	🌟	🌟	📦
Porree	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦
Radieschen				📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	
Rettich	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦
Rhabarber			📦	📦	📦	📦	📦					
Rosenkohl	📦	📦	📦							🌟	🌟	🌟
Rote Bete	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦
Rotkohl	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦
Schwarzwurzeln	📦	📦	📦						🌟	🌟	🌟	📦
Sellerie: Knollensellerie	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦
Sellerie: Stangensellerie						📦	📦	📦	📦	📦	📦	
Spargel				📦	📦	📦						
Spinat				📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	
Spitzkohl	📦	📦			📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦
Steckrüben (Kohlrüben)	📦	📦	📦						🌟	🌟	🌟	📦
Tomaten: geschützter Anbau						📦	📦	📦	📦			
Tomaten: Gewächshaus				📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦
Weißkohl	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦
Wirsingkohl	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦
Zucchini						📦	📦	📦	📦	📦		
Zuckermais								📦	📦	📦		
Zwiebeln	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦
Zwiebeln: Bund-, Lauch-, Frühlings-				📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	

	Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sep.	Okt.	Nov.	Dez.
Salate												
Eissalat					📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	
Endiviasalat					📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	
Feldsalat	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦
Kopfsalat, Bunte Salate			📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦
Radiccio						📦	📦	📦	📦	📦	📦	
Romanasalate					📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	
Rucola (Rauke)				📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	📦	

Sehr geringe Klimabelastung:
 Freilandprodukte

Geringe bis mittlere Klimabelastung:
 „Geschützter Anbau“ (Abdeckung mit Folie oder Vlies, ungeheizt)

 Lagerware

 Produkte aus ungeheizten oder schwach geheizten Gewächshäusern

Hohe Klimabelastung:
 Produkte aus geheizten Gewächshäusern

verbraucherzentrale
www.verbraucherzentrale.de

Impressum:
 Verbraucherzentralen Nordrhein-Westfalen, Bayern, Hessen, Niedersachsen, Saarland und Schleswig-Holstein.

Fachliche Beratung: Leibniz-Institut für Gemüse- und Zierpflanzenbau, Großbeeren und Erfurt, Dr. C. Feiler; Universität Bonn, INRES-Gartenbauwissenschaft, Dr. M. Blanka

Gestaltung: FP-Werbung / PocketPlanet.de

Stand: 2. überarb. Auflage Sept. 2010

Gefördert vom Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz

© Verbraucherzentrale NRW, Düsseldorf



in FORM
Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung
und mehr Bewegung



**Nährstoffoptimierter
Vierwochenspeisenplan Nr. 4**

- Sekundarstufe -



Schule + Essen = Note 1

www.schuleplusessen.de

Stand: April 2014

Über IN FORM: IN FORM ist Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung. Sie wurde 2008 vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) und vom Bundesministerium für Gesundheit (BMG) initiiert und ist seitdem bundesweit mit Projektpartnern in allen Lebensbereichen aktiv. Ziel ist, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Menschen dauerhaft zu verbessern. Weitere Informationen unter: www.in-form.de

www.schuleplusessen.de

hier:
Qualitätsstandard/ Rezeptdatenbank/
Wochenspeisepläne



Vierwochenspeiseplan mit herbst- und winterlichen Rezepten

Herbstlicher Obstsalat
(Apfel, Weintraube,
Zwetschge)

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Woche 1	Zucchini-schiffchen mit Hackfleisch-Pastinakenfüllung, Tomatensoße, Nudeln	Kürbis (mit ... gefüllt)	Zucchini-schiffchen mit Hackfleisch-Pastinakenfüllung, Tomatensoße, Nudeln	... Kabeljaufilet, ... Müse und Reis ... mit Rote Beete	... artweizengriß) ... se (Tomaten, ... s, Kichererbsen) ... nchenbrustfilet Herbstlicher Obstsalat (Apfel, Weintraube, Zwetschge)
Woche 2	Schweinebraten mit Bratensoße, Nudeln und Kohlrabigemüse	Eier ... Kartoffeln, bunter ...	Vollkornnudeln ... mit Beerensoße, Brombeeren, ... beeren)	Birnen-Apfel-Pflaumenkompott mit Honigcreme	Nussige Pute (Putenbruststreifen mit Porree, Paprika, Karotten, Erdnüssen) mit Reis Chinakohlsalat mit Aprikosendressing
Woche 3	Linsenbratling, Schwarzwurzelragout und Kartoffelpüree	Apfeltiramisu	... rken-Salat mit ... würstchen ... erquark mit ... Haselnüssen	Spätzle und Brokkoli mit Käsesoße	Spiegeleier mit Mangold und Kartoffeln
Woche 4	Linsenbratling, Schwarzwurzelragout und Kartoffelpüree		... lasch, Apfelrotkohl, ... silienkartoffeln ... quark mit Bananen	Rindergulasch, Apfelrotkohl, Petersilienkartoffeln	

Zucchini-schiffchen mit Hackfleisch-Pastinakenfüllung, Tomatensoße, Nudeln

Schweinebraten, Nudeln, Kohlrabigemüse

Linsenbratling, Schwarzwurzelragout und Kartoffelpüree

Rindergulasch, Apfelrotkohl, Petersilienkartoffeln



Beratungsangebote

Schulverpflegung professionell gestalten

- sechsteilige Seminarreihe mit Themen rund um die Schulverpflegung

Begleitung „Runde Tische Schulverpflegung“

Qualifizierungsprozess für die Schulverpflegung

- betreffend Verpflegung, Rahmenbedingungen und Verpflegungskonzept





Beratungsangebote

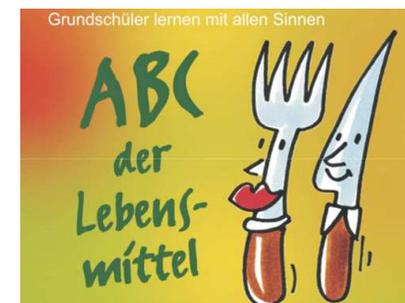
Unterrichtskisten

- Nachhaltige Ernährung
- Kartoffeln
- Getreide
- Milch



Das ABC der Lebensmittel – Grundschüler lernen mit allen Sinnen

- Unterrichtskonzept aus neun Einheiten, verteilt über die vier Grundschuljahre





Informationen

www.dlr-eifel.rlp.de

www.ernaehrungsberatung.rlp.de

www.schulverpflegung.rlp.de



Viel Erfolg vor Ort.



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!