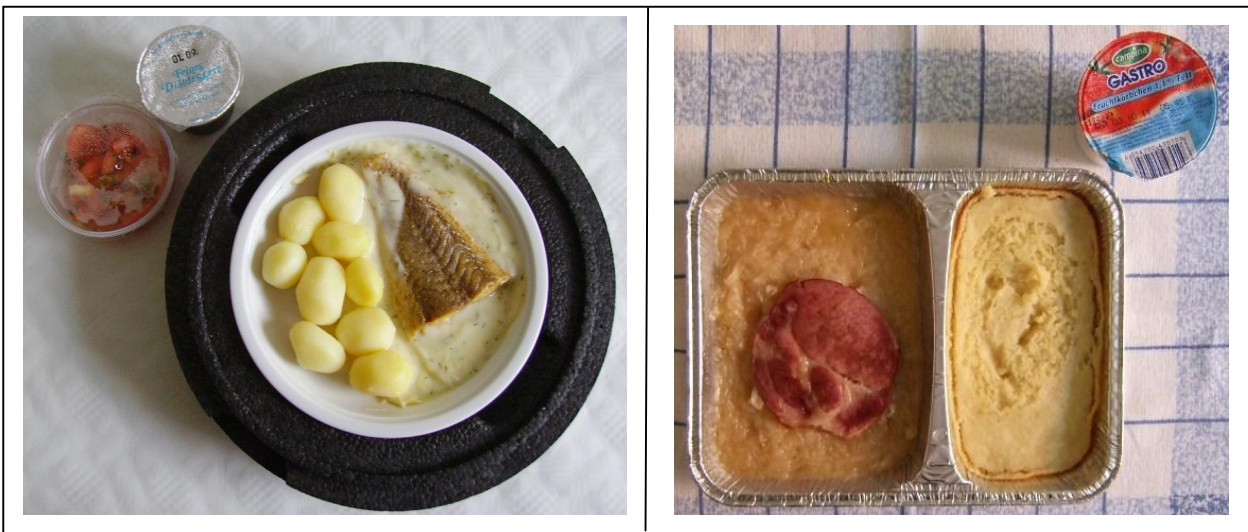


„Fit im Alter“

Essen auf Rädern – neuer Qualitätsstandard erst in Einzelfällen erreicht

ERGEBNIS-BERICHT



Verbraucherzentralen der Länder
Federführung: Verbraucherzentrale Hamburg
Kirchenallee 22, 20099 Hamburg

Redaktion: Ute Hantelmann, Claudia Michehl, Silke Schwartau und Karin Riemann-Lorenz

Hamburg, 27.09.2012

Kurzfassung

Hintergrund

Marktchecks der Essensqualität von „Essen auf Rädern“-Lieferdiensten durch die Stiftung Warentest in den Jahren 2004 und 2011 ergaben Defizite in der Nährstoffzusammensetzung. Im Jahr 2010 veröffentlichte die DGE im Auftrag des Aktionsplans inform den „DGE-Qualitätsstandard für Essen auf Rädern“, der aufzeigt, wie Menüs an die ernährungsphysiologischen Bedürfnisse von Senioren angepasst werden können. Seit 2011 können sich Anbieter, die den Standard einhalten, auch zertifizieren lassen.

Zielsetzung

Mit Hilfe eines an 16 Orten in 8 Bundesländern durchgeführten Marktchecks der Verbraucherzentralen wurde überprüft, inwieweit ausgewählte Kriterien des DGE-Qualitätsstandards in der Praxis von den Essensanbietern umgesetzt werden. Die Veröffentlichung der Ergebnisse soll eine öffentliche Diskussion über die Qualität der Angebote anstoßen und auf Seiten der Anbieter die Auseinandersetzung mit dem Qualitätsstandard fördern.

Methodik

Von September bis Anfang Oktober 2011 wurden 30 warm gelieferte Essen-auf-Rädern-Menüs an 16 Orten in 8 Bundesländern anhand eines vorher festgelegten Prüfschemas beurteilt. Ausgewählte Kriterien aus den Qualitätsbereichen Lebensmittelauswahl, Speisenplanung und –herstellung sowie Portionsgrößen des DGE-Qualitätsstandards wurden geprüft. Für alle 30 Anbieter der Stichprobe wurden außerdem je ein Wochenspeiseplan von September oder Oktober 2011 gesichtet und das Angebot an Speisen und Menükomponenten überprüft.

Ergebnisse

Abweichungen von den Anforderungen des DGE-Qualitätsstandards gab es in allen untersuchten Qualitätsbereichen. Bei der Lebensmittelauswahl sind zentrale Probleme das geringe Vollkornangebot der Getreidebeilagen sowie ein unzureichendes Rohkost- bzw. Salat- und Frischobstangebot. Aufgrund mangelhafter Kennzeichnung kann der Kunde Kriterien wie die Nachhaltigkeit des Fischangebots, die bei der Zubereitung verwendete Ölsorte, den Salz,- Zucker,- und Fettgehalt der Speisen in der Regel nicht überprüfen. Die Liefertemperaturen entsprachen überwiegend nicht den geforderten Mindest- bzw. Maximal-Temperaturen. Häufig wurden zu große Fleisch- und zu kleine Gemüseportionen gefunden. Das Angebot in den Wochenspeiseplänen erlaubte auch bei sorgfältiger Auswahl nicht die Realisierung der DGE-Empfehlungen.

Diskussion, Schlussfolgerungen und Forderungen

Da in die Untersuchung aufgrund begrenzter zeitlicher und finanzieller Ressourcen bundesweit nur 30 Anbieter einbezogen werden konnten, handelt es sich nicht um eine repräsentative Stichprobe. Trotzdem wird deutlich, dass die Angebote in weiten Bereichen von den im DGE-Qualitätsstandard geforderten Kriterien abweichen. Anbieter sollten insbesondere die Kennzeichnung ihrer Angebote im Bereich Lebensmittelqualität (z.B. Tierart des verwendeten Fleisches, Ölsorte) und Nährstoffgehalt (Zucker- und Salzgehalt der Speisen) verbessern. Die Einhaltung wichtiger Hygienestandards (Mindest- und Maximal-Temperaturen der Speisen) ist angesichts der Zielgruppe (ältere, evtl. abwehrgeschwächte Menschen) unbedingt notwendig. Eine Übernahme des DGE-Qualitätsstandards in zumindest einer Menükombination oder Menülinie würde die Senioren bei einer gesundheitsbewussten Speisenauswahl zusätzlich sehr entlasten.

In weiteren, repräsentativen Untersuchungen sollten die Ergebnisse des Marktchecks überprüft und um Laboruntersuchungen (z.B. des Nährstoffgehalts, des Zucker- und Salzgehalts der Speisen) ergänzt werden. Der DGE-Qualitätsstandard für Essen auf Rädern sollte offensiv bekannt gemacht werden, sowohl bei den Anbietern als auch bei den Senioren. Langfristig sollte der DGE-Qualitätsstandard als verbindlicher Standard für mindestens eine Menükombination oder Menülinie pro Anbieter implementiert werden, um der Fürsorgepflicht gegenüber den Senioren nachzukommen.

Markt-Check „Essen auf Rädern - neuer Qualitätsstandard erst im Einzelfall erreicht“

Kurzfassung

1. Ausgangssituation

Neuer Standard zur Qualitätsverbesserung

2. Zielsetzung

Öffentlichkeit schaffen, Qualität ermitteln

3. Methodik

Markt-Check und Check-up des Wochen-Speiseplans

4. Ergebnisse Wochen-Speisepläne

4.1. Lebensmittel-Kombinationen

4.1.1 7 x Getreide, Getreideprodukte und Kartoffeln

4.1.2 7 x Gemüse und Salat

4.1.3 Mindestens 3 x Obst

4.1.4 Mindestens 3 x Milch und Milchprodukte

4.1.5 Max. 3 x Fleisch und mind. 1 x Fisch

4.2. Gestaltung des Speiseplans

4.2.1 Gute Erkennbarkeit der Menülinien

4.2.2 Eindeutige Speisenbezeichnung

4.2.3 Benennung der Tierart bei Fleisch und Fleischerzeugnissen

4.2.4 Deklaration von Alkohol

4.2.5 Gute Lesbarkeit und große Schrift

5. Ergebnisse Menü-Check

5.1. Lebensmittelauswahl – Welche Lebensmittel werden verwendet?

5.1.1 Milch und Milchprodukte mit mittlerem Fettgehalt

5.1.2 Mageres Muskelfleisch

5.1.3 Seefisch aus nicht überfischten Beständen

5.1.4 Ölsorte: Rapsöl

5.2. Speisenplanung und -herstellung

5.2.1 Saisonale Speisenkomponenten

5.2.2 Fettarme Zubereitung

5.2.3 Frische und tiefgekühlte Kräuter

5.2.4 Sparsamer Einsatz von Jodsalz

5.2.5 Sparsamer Einsatz von Zucker

4.2.6 Ausgabetemperaturen warmer und kalter Speisen

5.3. Portionsgrößen

5.3.1 Getreide- und Kartoffelmenge

5.3.2 Gemüsemenge

5.3.3 Fleisch- und Fischmenge

6. Zusammenfassung der Ergebnisse

7. Fazit

1. Ausgangssituation: Neuer Standard zur Qualitätsverbesserung

Unter „**Essen auf Rädern**“ versteht man die regelmäßige Lieferung fertig zubereiteter warmer oder tiefgefrorener Mahlzeiten bis zum Kunden. Diese Speisen sollen vor allem auf die Bedürfnisse älterer Menschen zugeschnitten sein und den Verbleib im eigenen Wohnumfeld ermöglichen, wenn Senioren nicht mehr kochen können oder wollen. Die Stiftung Warentest hat 2004 und 2011 unterschiedliche Menüs der Lieferdienste getestet. Dabei sind regelmäßig hohe Fett- und Salzgehalte sowie Defizite bei bestimmten Vitaminen und Mineralstoffen bemängelt worden. Die Eignung dieser Gerichte für Senioren ist auch von anderen Akteuren überprüft worden, z.B. in einer Untersuchung des ARD-Magazins Plusminus im Jahr 2009. Diese führten zu ähnlichen Ergebnissen. Bei den Verbraucherzentralen suchen ältere Menschen oder deren Angehörige Rat, wenn sie mit der Qualität nicht einverstanden oder auf eine bestimmte Kostform angewiesen sind. Essen auf Rädern gehört außerdem zu den Themen, die bei den Kursen „Fit im Alter“ vertieft werden, bei denen seit 2003 schon rund 62.000 Senioren teilgenommen haben.

Um praxisnahe Möglichkeiten aufzuzeigen, die Qualität der Speisen zu verbessern und zielgerichteter an die ernährungsphysiologischen Bedürfnisse der Senioren anzupassen, hat die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) im November 2010 den „**DGE-Qualitätsstandard für Essen auf Rädern**“ in einer ersten Auflage veröffentlicht. Seit September 2011 steht die zweite überarbeitete Auflage für Interessenten zur Verfügung. Lieferanten können sich zertifizieren lassen und ihre Angebote mit einem „Fit im Alter-Logo“ kennzeichnen.

Diese Zertifizierungs-Angebote sind noch relativ neu und haben sich in Fachkreisen noch nicht etabliert. Auch unter den Senioren selbst ist das Qualitätssiegel bisher noch zu wenig bekannt. Um langfristig die Qualität von Essen auf Rädern-Menüs zu optimieren und den Bedürfnissen der Senioren besser anzupassen, ist neben der Ansprache der Anbieter auch wichtig, Aufklärungsarbeit unter den Seniorinnen und Senioren sowie ihren Angehörigen zu leisten. Wenn die Verbraucher die Bewertungskriterien aus dem Qualitätsstandard kennen, können sie bei Anbietern auch gezielter nachfragen und einen besseren Standard einfordern. Aufgeklärte Senioren sind selbstbewusster und eher in der Lage zu einem Anbieter zu wechseln, der ein seniorengerechteres Essen, z.B. mit mehr frischem Obst und Gemüse oder weniger fettem Fleisch im Angebot hat.

2. Zielsetzung: Öffentlichkeit schaffen, Qualität ermitteln

Allgemeine Informationen und Öffentlichkeitsarbeit

- Verbraucher und Anbieter sollen über das Vorhandensein und die inhaltliche Ausgestaltung des Qualitätsstandards informiert werden.
- Durch gezielte Öffentlichkeitsarbeit nach der Auswertung der Untersuchungsergebnisse, soll eine Diskussion über die Qualität der Seniorenverpflegung im Bereich Essen auf Rädern angestoßen und in diesem Zusammenhang der DGE-Qualitätsstandard bekannter gemacht werden.
- Darüber hinaus sollen mehr Anbieter für die Einhaltung des Qualitätsstandards gewonnen werden.

Menüchecks und Vergleiche mit Qualitätsstandards

- Durch eine Begutachtung der Menüs und einen Vergleich mit dem Qualitätsstandard der DGE, z.B. Menge der Gemüsebeilage oder Anteil an frischem Obst, sollten Gerichte beurteilt werden. Dadurch war eine konkrete und differenzierte Bewertung möglich.
- Um eine breitere Datengrundlage zu haben, sollten unterschiedliche Menüs aus mindestens 16 Orten aus acht verschiedenen Bundesländern in die Prüfung einbezogen werden.
- Die Prüfung der Gerichte erfolgte durch Oecotrophologen, die die Kurse Fit im Alter vor Ort betreuen, da sie über den nötigen Sachverstand bei der Probenziehung, den Kontakt zur Zielgruppe und ernährungs-wissenschaftlichen Hintergrund verfügen.
- Es wurden Aspekte in den Marktcheck aufgenommen, die die Senioren als Kunden ebenfalls beurteilen können. Dadurch wird es ihnen ermöglicht, auch den eigenen Anbieter anhand der transparenten Qualitätsaspekte zu bewerten.
- Durch eine umfangreiche fotografische Dokumentation der Menüs sollten möglichst viele positive und negative Menüvarianten dargestellt werden, um die Beurteilung zu erleichtern und auf einen Blick erkennbar zu machen.

3. Methodik: Markt-Check und Check-up des Wochen-Speiseplans

Es wurde eine einheitliche Methodik entwickelt, um die Menükomponenten mengenmäßig und inhaltlich zu erfassen. Zur Durchführung des Markt-Checks gehörten folgende Arbeitsschritte:

- Im Zeitraum von September bis Anfang Oktober 2011 wurden insgesamt 30 warm angelieferte *Essen-auf-Rädern*-Menüs an 16 Orten in 8 Bundesländern untersucht.
- Die Oecotrophologinnen der Fachabteilungen Ernährung in den Verbraucherzentralen bestellten Probemenüs mit Fleisch oder Fisch unterschiedlicher Lieferdienste.
- Nach der Anlieferung wurden Fotos von den Menüs gemacht, die die Speise sowohl im Lieferbehälter als auch auf dem Teller angerichtet zeigen.
- Die Menükomponenten wurden auf haushaltsüblichen Waagen gewogen und fotografiert, um eine visuelle und gewichtsmäßige Bewertung der Portionsgrößen von Fleisch/Fisch, Gemüse und Beilage zu erhalten und dokumentieren zu können.
- Außerdem wurden die Temperaturen der heißen und kalten Speisen sofort nach dem Erhalt mittels eines Thermometers gemessen und notiert.
- Es erfolgte eine Überprüfung des Qualitätsstandards vor Ort anhand der Prüfliste „Liefer-Menü“, die vorab in Anlehnung an den DGE-Qualitätsstandard (Erste Auflage 2010) zusammengestellt worden ist (Anlage 1). Die **Menüs** wurden nach folgenden Aspekten bewertet:
 - Lebensmittelauswahl
 - Speisenplanung und -herstellung
 - Portionsgrößen
- Im zweiten Schritt wurden die Speisepläne der Woche anhand der Prüfliste „Wochen-Speiseplan“ analysiert. Die Prüfliste „Wochen-Speiseplan“ ist ebenfalls aus dem DGE-Qualitätsstandard „Essen auf Rädern“ von 2010 abgeleitet. (Anlage 2). Die jeweiligen **Wochen-Speisepläne** wurden im Abgleich mit dem DGE-Qualitätsstandard nach folgenden Aspekten bewertet:
 - Lebensmittel-Kombination pro Woche
 - Gestaltung des Speiseplans

Für die Ergebnisdarstellung der Untersuchung wurden alle Bewertungen mit dem DGE-Qualitätsstandard der 2. überarbeiteten Auflage 9/2011 abgeglichen und nach diesem Maßstab beurteilt (Anlagen 3).

- Eine chemisch-analytische Bewertung konnte im Rahmen dieses Projektes nicht durchgeführt werden.

4. Ergebnisse Wochen-Speisepläne

Für alle 30 Anbieter der Stichprobe lagen die Wochenspeisepläne vom September oder Oktober 2011 vor und konnten geprüft werden. Entsprechend den Möglichkeiten der Kundinnen und Kunden wählten die Mitarbeiterinnen der Verbraucherzentrale Menüs für eine Woche aus, die die Kriterien des DGE-Qualitätsstandards am weitreichendsten erfüllten. In der Regel ergab sich eine Kombination von Menüs aus verschiedenen Menü-Linien.

PRÜF-LISTE „Wochen-Speiseplan“

(abgeleitet vom DGE-Qualitätsstandard, 2. Auflage 9/2011)

	ja	nein	unklar
Anforderungen an den Wochenspeiseplan			
7 x Getreide, Getreideprodukte, Kartoffeln			
Davon mind. 1 x Vollkornprodukte			
Davon max. 1 x Kartoffelerzeugnisse			
7 x Gemüse, Hülsenfrüchte und Salat			
Davon mind. 3 x Rohkost oder Salat			
3 x Obst, davon mind. 2 x frisch oder tiefgekühlt			
Davon mind. 2 x frisch oder tiefgekühlt, ohne Zuckerzusatz			
Mind. 3 x Milch oder Milchprodukte			
Max. 3 x Fleisch wechselnder Fleischsorten			
Davon max. 1 x Fleischerzeugnisse incl. Wurstwaren			
Mind. 1 x Seefisch			
Gestaltung des Speiseplans			
Gute Erkennbarkeit der Menülinien			
Eindeutige Speisenbezeichnung			
Benennung der Tierart bei Fleisch und Fleischerzeugnissen			
Gute Lesbarkeit, große Schrift			
Alkohol ist deklariert			

Tabelle 1: Prüfliste zur Bewertung der Wochen-Speisepläne

4.1. Lebensmittel-Kombinationen

Kein Anbieter hatte gekennzeichnet, mit welcher Menükombination die Kunden die Empfehlungen der DGE realisieren können.

4.1.1 7 x Getreide, Getreideprodukte und Kartoffeln

DGE Qualitätsstandard, sieben Verpflegungstage (2011)	Stichprobenergebnis
7 x abwechselnd Speisekartoffeln, Parboiled Reis, Teigwaren, Brot, Brötchen und andere Getreideprodukte	von 7 % der Anbieter nicht erfüllt

Bei dem Versuch aus dem Wochenspeiseplan die optimale Menükombination auszuwählen, erfüllen 28 Anbieter (93 %) dieses Kriterium.

Bei zwei Anbietern (7 %) wird die Anforderung nicht erfüllt, einmal, weil durchgängig und ausschließlich Kartoffeln als Sättigungsbeilage angeboten wurden. Beim zweiten Anbieter war nicht eindeutig ersichtlich, welche Sättigungsbeilage zum Menü geliefert wurde..

DGE Qualitätsstandard, sieben Verpflegungstage (2011)	Stichprobenergebnis
Davon: mindestens 1 x Vollkornprodukte	87 % ohne Vollkorn

Bei 26 Anbietern (87 %) hat sich keine 7-tägige Menükombination ergeben, die zusätzlich auch noch eine Vollkorn-Komponente beinhaltet. Das Angebot ist so gering, dass zur Erfüllung der anderen Kriterien die Vollkornprodukte unberücksichtigt blieben oder es gar kein Angebot gab.

Ergänzung durch eine konkrete Stichprobe im Menü-Check Zur Überprüfung dieses Qualitätsstandards wurden zusätzlich 30 Menüs optisch überprüft.

Es handelte sich zwar nur um eine Zufallsauswahl, trotzdem fällt auf, dass Sättigungsbeilagen aus Vollkorn zu den Ausnahmen gehören und die Ergebnisse aus der Wochenplanüberprüfung widerspiegelt werden.

Von den 30 bestellten Gerichten enthielten 24 (80%) kein Getreideprodukt sondern stattdessen in der Regel Kartoffeln. 5 der 6 Gerichte mit Getreidekomponente (83%) bestanden nicht aus Vollkorn, nur 1 (17%) enthielt Vollkornnudeln.

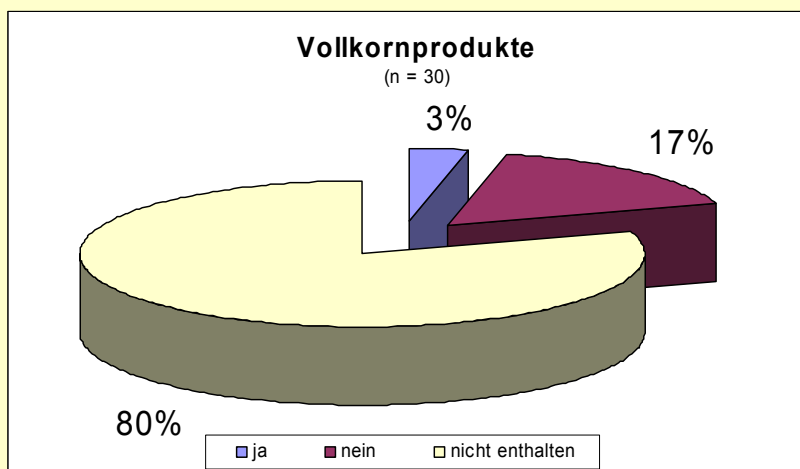


Abb. 1: Vorkommen von Vollkornprodukten

In den Wochenspeiseplänen der Anbieter sind Vollkornprodukte bisher kaum vertreten, sodass beim Bestellen die Wahl zu selten ein Vollkornprodukt trifft (s. Punkt 4.1.1). Das positive Beispiel ist auf Abb. 2 zu sehen. Generell werden eher Nudeln aus Weißmehl angeboten. Beim geschälten Reis ist kein Hinweis auf die geforderte Parboiled-Qualität zu finden.



Abb.2: Standard erfüllt, da Vollkornnudeln
(Caritas-Verband Kreis Coesfeld, NRW)



Abb.3: Standard nicht erfüllt, falls Sättigungsbeilage
immer ohne Vollkornanteil (Menü-Taxi, Saarland)

DGE Qualitätsstandard, sieben Verpflegungstage (2011)	Stichprobenergebnis
Davon: maximal 1 x Kartoffelerzeugnisse	17 % liegen drüber

25 Anbieter (83 %) kombinieren ihre Menüs so, dass das DGE-Kriterium erfüllbar ist. Bei 5 Anbietern ergibt sich nach bestmöglicher Kombination der Gerichte ein Speiseplan mit mehr als einem Kartoffelerzeugnis.

4.1.2 7 x Gemüse und Salat

DGE Qualitätsstandard, sieben Verpflegungstage (2011)	Stichprobenergebnis
7 x Gemüse, Hülsenfrüchte oder Salat	noch 10 % haben nicht täglich Gemüse

Ungeachtet der Portionsgröße gibt es außerdem noch drei (10%) der 30 Anbieter, die nach bestmöglicher Kombination bei der Menüauswahl nicht täglich einen Gemüseanteil im Menü haben.

DGE Qualitätsstandard, sieben Verpflegungstage (2011)	Stichprobenergebnis
Davon: mindestens 3 x Rohkost oder Salat	bei nur 37 % möglich

Das Angebot der Salat- und Rohkost-Komponenten in den Menüs ist noch stark unterrepräsentiert. Nur so erklärt sich, dass der Kunde mit einer 7-tägigen Menü-Wahl bei 18 Lieferanten (60 %) nicht auf 3 Portionen kommt. Ein Speiseplan war unklar in der Beschreibung und wurde an diesem Punkt nicht gewertet.

Ergänzung durch konkrete Stichprobe im Menü-Check Zur Überprüfung dieses Qualitätsstandards wurden zusätzlich 30 Menüs optisch überprüft.

Es handelte sich zwar nur um eine Zufallsauswahl, trotzdem fällt auf, dass Rohkost und Salat noch nicht regelmäßig und ausreichend angeboten werden und die Ergebnisse aus der Wochenplanüberprüfung widerspiegelt werden.

Für 17 (57 %) der 30 Menüs kann die Zubereitung aus frischem oder tiefgekühltem Gemüse bestätigt werden. Das Menü und die Kennzeichnung lassen bei 8 (27 %) der Menüs keine eindeutige Einschätzung zu. Die restlichen Speisen enthalten nach Einschätzung durch Sichtkontrolle möglicherweise konserviertes Gemüse, wie auf Abb. 5 anhand der Farbe und Konsistenz zu vermuten ist. Ein gegenteiliger Vermerk ist der Packung nicht zu entnehmen.



Abb. 4: Standard erfüllt, da tiefgekühltes Gemüse (St. Wendel, Saarland)



Abb. 5: Standard nicht erfüllt, da Erbsen- und Möhrengemüse vermutlich aus der Dose (Pflegedienst Steinberg, NRW)

Fortsetzung: konkrete Stichprobe im Menü-Check „Gemüse und Salat“

Gemäß DGE-Qualitätsstandard wird für einen 7-Tage-Speiseplan auch sieben Mal Gemüse gefordert. Davon sollte mindestens an drei Tagen Rohkost oder Salat angeboten werden.

Nur zwei von 30 Gerichten haben eine Salatbeilage aus frischem Gemüse (7%), sodass 28 (93%) der ausgewählten Gerichte keine Rohkost und keinen Salat enthalten.

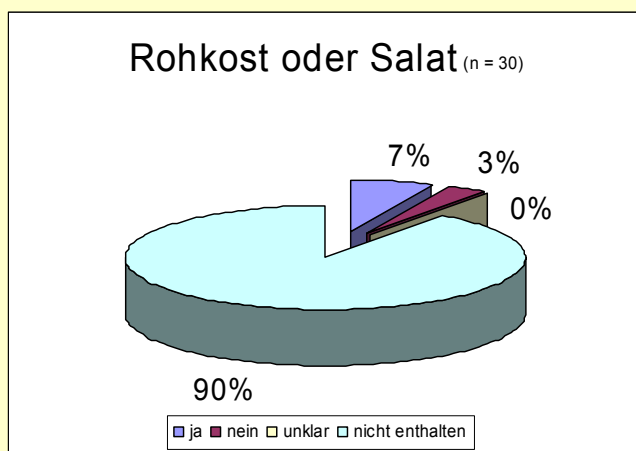


Abb. 6: Vorkommen von frischer Rohkost oder Salat

4.1.3 Mindestens 3 x Obst

DGE Qualitätsstandard, sieben Verpflegungstage (2011)	Stichprobenergebnis
Mindestens 3 x Obst	bei 70 % nicht möglich

Der Dessert-Klassiker ist Pudding oder Joghurt. Nur 8 Anbieter (27 %) ermöglichen dem Kunden und der Kundin 3 x pro Woche ein Obstdessert ins Haus geliefert zu bekommen. Die Auswertung der Speisepläne hat ergeben, dass es bei 21 Lieferdiensten nicht möglich ist, an drei Tagen mit Obst frisch oder in beliebiger Zubereitung versorgt zu werden. Einer der 30 Speisepläne war unklar in der Beschreibung und wurde an diesem Punkt nicht gewertet.

DGE Qualitätsstandard, sieben Verpflegungstage (2011)	Stichprobenergebnis
Davon: mindestens 2 x frisch oder tiefgekühlt ohne Zuckerzusatz	nur 27 % vorbildlich

Auch die Mindestanforderung für frisches oder tiefgekühltes Obst wird nur bei 8 Anbietern (27 %) erfüllt. Die Versorgung mit einem Stück Frisch-Obst ist bei dem Lieferdiensten noch nicht etabliert.

**Ergänzung durch konkrete Stichprobe im Menü-Check
Zur Überprüfung dieses Qualitätsstandards wurden zusätzlich 30 Menüs optisch überprüft.**

Es handelte sich zwar nur um eine Zufallsauswahl, trotzdem fällt auf, dass noch selten Obst Bestandteil der Menüs ist. Somit werden die Ergebnisse aus der Wochenplanüberprüfung widergespiegelt.

Fünf Menüs enthalten frisches Obst als Nachspeise, weitere fünf Obstkonserven. Die restlichen 20 Menüs enthalten kein Obst als Nachspeise.

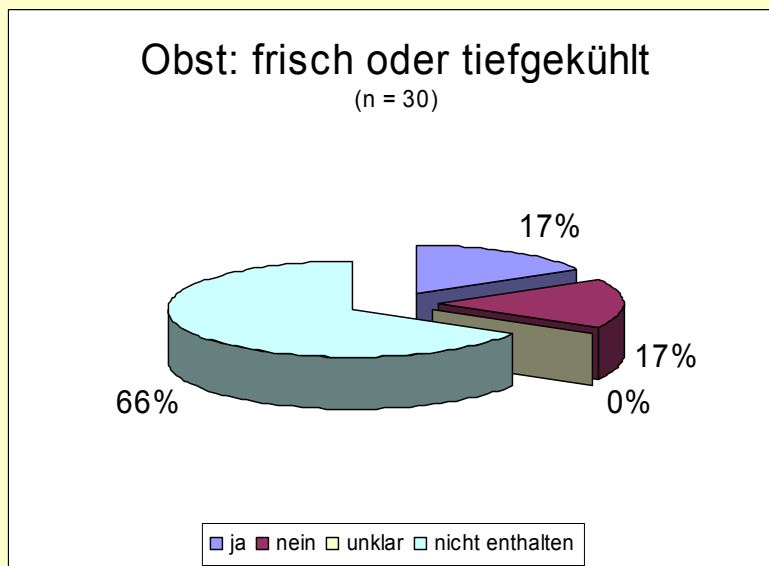


Abb. 7: Vorkommen von Obst: frisch oder tiefgekühlt

Fortsetzung: konkrete Stichprobe im Menü-Check „Obst“



Abb. 8: Standard an einem Tag erfüllt, da frisches Obst, z.B. Apfel (Alster Food, Hamburg)



Abb. 9: Standard dann erfüllt, wenn nur einmal pro Woche gesüßtes Obst aus der Dose plus 2 x Frisches geliefert werden (Haus Blandine, Saarland)

In unserer Stichprobe waren 50% des angebotenen Obstes nicht frisch. Dies gibt Anlass zu der Frage, ob häufig im Sortiment die Quote 2 von 3 Mal frisch oder tiefgekühlt ohne Zuckerzusatz unterschritten wird.

4.1.4 Mindestens 3 x Milch und Milchprodukte

DGE Qualitätsstandard, sieben Verpflegungstage (2011)	Stichprobenergebnis
Mindestens 3 x Milch oder Milchprodukte	13 % müssten nachbessern

26 Anbieter (87 %) haben mindestens drei Mal wöchentlich Milch oder Milchprodukte im Speiseplan. Oft wird der geforderte Milchanteil durch das Dessert gedeckt. Bei vier Anbietern konnte der Milchanteil nicht über drei separate Milchspeisen in einer Woche gedeckt werden. Hier bestand aber die Möglichkeit, den Bedarf über Speisen mit Käse-Anteil zu decken.

4.1.5 Max. 3 x Fleisch und mind. 1 x Fisch

DGE Qualitätsstandard, sieben Verpflegungstage (2011)	Stichprobenergebnis
Maximal 3 x Fleisch	bei 20 % zu viele Fleischgerichte

Es ist bei dem vielfältigen Angebot bei 80 % der Menü-Dienste (24) möglich, sich pro Woche nur drei Fleischgerichte zu bestellen.. Bei sechs Anbietern besteht diese Wahlmöglichkeit nicht, da die Auswahl an vegetarischen Gerichten zu gering war. Somit haben die Kundinnen und Kunden häufiger Fleisch auf dem Teller als die Deutsche Gesellschaft für Ernährung es empfiehlt.

DGE Qualitätsstandard, sieben Verpflegungstage (2011)	Stichprobenergebnis
Mindestens 1 x Seefisch	zu 100 % möglich

Das Angebot von Fischgerichten ist bei allen Anbietern etabliert und bei der Bestellung wöchentlich realisierbar.

4.2. Gestaltung des Speiseplans

Der Wochenspeiseplan ist das wichtigste Kommunikationsinstrument zwischen Anbieter und Kunde. Auch hier hat der DGE-Standard klare Anforderungen formuliert.

4.2.1 Gute Erkennbarkeit der Menülinien

DGE Qualitätsstandard, sieben Verpflegungstage (2011)	Stichprobenergebnis
Beim Angebot mehrerer Menülinien sind diese übersichtlich dargestellt	zu 100 % erfüllt

Die Menülinien sind bei allen Menü-Diensten gut erkennbar. Es existieren bei keinem Anbieter Menülinien, die einen Wochenspeiseplan nach den DGE-Standards ergeben. Um den Kunden bei der Auswahl gesunder Speisenkombinationen zu helfen, wäre eine gut erkennbare zertifizierte Menülinie anzubieten und zu etablieren.

4.2.2 Eindeutige Speisenbezeichnung

DGE Qualitätsstandard, sieben Verpflegungstage (2011)	Stichprobenergebnis
Nicht übliche und nicht eindeutige Bezeichnungen sind erklärt	30 % unklar

Für eine große und sehr heterogene Kundengruppe wie die Senioren ist schwer zu beurteilen, welche Speisenbezeichnungen nicht eindeutig sind. Dennoch haben die Kolleginnen der Verbraucherzentrale trotz des großen Ermessensspielraums bei 9 Anbietern (30 %) unklare Bezeichnungen der Menüs im Speiseplan ausgemacht. Hier wurden regionaltypische Bezeichnungen (z. B. Ofenschlupfer) oder Fantasienamen (z. B. Eurogemüse) für Menüs gewählt, die den Kunden oftmals nicht geläufig sein dürften.

4.2.3 Benennung der Tierart bei Fleisch und Fleischerzeugnissen

DGE Qualitätsstandard, sieben Verpflegungstage (2011)	Stichprobenergebnis
Bei Fleisch und Fleischerzeugnissen ist die Tierart benannt	67 % mangelhaft

Für Menschen mit kulturellen und religiösen Ernährungstraditionen sind Informationen über die Fleischsorte sehr relevant. Die Anbieter der Stichprobe haben sich zu 2/3 dieser Thematik offensichtlich noch nicht angenommen und die Speisepläne nicht aktualisiert. Hier ist Nachbesserung dringend erforderlich und auch ohne großen organisatorischen Aufwand möglich. Immerhin erfüllen 10 Menü-Dienste dieses Kriterium auch jetzt schon.

4.2.4 Deklaration von Alkohol

DGE Qualitätsstandard, sieben Verpflegungstage (2011)	Stichprobenergebnis
Verwendung von Alkohol ist deklariert	bei 70 % unklar

Bei 9 Anbietern (30 %) ist dem Speiseplan die Deklaration von Alkohol zu entnehmen. Es handelt sich teilweise auch um Legenden der Speisepläne, die ein Symbol für Alkohol enthalten. Daraus ist zu schließen, dass im Fall der tatsächlichen Verarbeitung eine Kennzeichnung vorgenommen wird. 21 Speisepläne enthielten keine Kennzeichnung von Alkohol auf der Verpackung, was einerseits eine mangelhafte Deklaration aufzeigen könnte. Andererseits kann es dadurch begründet sein, dass die Menüs der Woche keinen Alkohol enthalten.

4.2.5 Gute Lesbarkeit und große Schrift

DGE Qualitätsstandard, sieben Verpflegungstage (2011)	Stichprobenergebnis
Speiseplan ist gut lesbar, d.h. groß geschrieben und übersichtlich (inkl. Preise)	zu 10 % nicht zufriedenstellend

27 Speisepläne (90 %) entsprachen den Anforderungen der DGE-Qualitätsstandards. Speisepläne, die im Internet einsehbar sind. Hier wird sogar eine Vergrößerung auf dem Bildschirm entsprechend der individuellen Sehkraft ermöglicht. Bei drei Speiseplänen bezogen sich die Mängel auf: 1.) zu kleine Schrift beim Ausdruck auf einer A4-Seite und 2.) zu schmale Zeilen und Buchstaben.

5. Ergebnisse Menü-Check

Essen auf Rädern bietet eine große Auswahl an Menüs an, die nach Hause geliefert werden. Es können unter anderem süße, salzige, fleisch- oder fischhaltige sowie vegetarische Gerichte bestellt werden. Der persönliche Geschmack spielt dabei eine große Rolle. Aber entsprechen die Menüs in all ihren Bestandteilen auch dem Qualitätsstandard der Deutschen Gesellschaft für Ernährung?

Die folgenden Ergebnisse verdeutlichen die aktuelle Situation.

5.1 Lebensmittelauswahl - Welche Lebensmittel werden verwendet?

Auf der Grundlage des DGE-Qualitätsstandards für Essen auf Rädern in der Auflage von 2011 wurden folgende Kriterien überprüft:

	ja	nein	unklar	Im Menü nicht enthalten
Optimale Lebensmittelauswahl				
Sättigungsbeilage aus Vollkorngetreide				
Gemüse, frisch oder tiefgekühlt				
Rohkost oder Salat				
Obst, frisch oder tiefgekühlt ohne Zuckerzusatz				
Milch und Joghurt mit 1,5 – 1,8 % Fett				
Speisequark mit max. 20 % Fett i. Tr.				
Käse max. Vollfettstufe (bis 50 % Fett i. Tr.)				
Mageres Muskelfleisch				
Seefisch aus nicht überfischten Beständen				
Ölsorte: Rapsöl				

Tabelle 2: Fragebogen zur Lebensmittelauswahl

Die ersten vier Punkte zur optimalen Lebensmittelauswahl wurden bereits im Punkt 4 – Ergebnisse Wochen-Speisepläne - in den dazugehörigen Lebensmittelgruppen beschrieben.

5.1.1 Milch und Milchprodukte mit mittlerem Fettgehalt

DGE Qualitätsstandard, sieben Verpflegungstage (2011)	Stichprobenergebnis
Milch: 1,5 % Fett Naturjoghurt: 1,5 – 1,8 % Fett Käse: max. Vollfettstufe (<= 50 % Fett i. Tr.) Speisequark max. 20 % Fett	56 % nicht gekennzeichnet

In 18 der gewählten 30 Gerichte sind Milch oder Milchprodukte enthalten. Davon ist bei 10 (56 %) der Menüs nicht eindeutig zu erkennen, welche Fettgehaltsstufe gewählt wurde. In fünf Menüs entspricht das Milchprodukt dem empfohlenen Fettgehalt. Bei 3 Menüs (17 %) kann der Verpackung oder dem Speiseplan entnommen werden, dass der Fettgehalt nicht dem empfohlenen. DGE-Standard entspricht .

Von drei Gerichten mit einer Quarkzubereitung ist nur einmal zu erkennen, dass der Quark den empfohlenen Fettgehalt hat.



Abb. 10: Standard erfüllt, da Einhaltung des empfohlenen Fettgehaltes und Nährwertangaben erkennbar sind (*apetito, Berlin*)



Abb.11: Standard kann nicht überprüft werden, da Keine Nährwertangaben bei der Nachspeise erkennbar sind (*Menü-Express, Berlin*)

Insgesamt werden zu wenig Milch und Milchprodukte gekennzeichnet. Fehlt die Kennzeichnung, haben die Kunden keine Möglichkeit der Überprüfung des Fettgehalts.

5.1.2 Mageres Muskelfleisch

DGE Qualitätsstandard, sieben Verpflegungstage (2011)	Stichprobenergebnis
Fleisch: mageres Muskelfleisch	nur 38 % mit magerem Muskelfleisch

Unter den 30 Test-Menüs gibt es 24 Fleischgerichte. Bei sechs Gerichten handelt es sich um Menüs mit Fisch. 9 (38%) Fleischgerichte erfüllen das o.a. Kriterium, wohingegen 13 (54 %) Gerichte kein mageres Muskelfleisch enthalten (Abb. 12). Bei 2 Gerichten (8%) konnte die Fleischqualität nicht beurteilt werden. Vegetarische Gerichte sind nicht in die Untersuchung eingegangen.

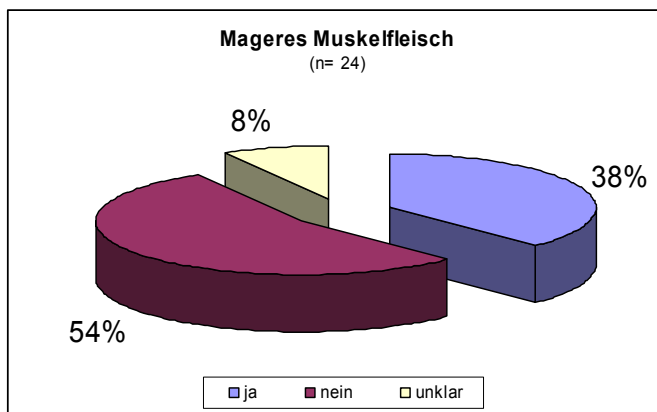


Abb. 12: Einsatz von magerem Muskelfleisch

Das Angebot an Gerichten mit fettreichen Fleischsorten lässt die Deutung zu, dass das Angebot so reichhaltig ist, dass den Senioren möglicherweise die Entscheidung für die Menüs mit magerem Muskelfleisch schwer fällt. Es bedarf einer genaueren Marktanalyse, um zu prüfen, ob die Auswahl an Gerichten mit magerem Muskelfleisch bei einigen Anbietern zu gering ist.



Abb. 13: Standard erfüllt, da mageres Geflügel (apetito, Berlin)



Abb. 14: Standard nicht erfüllt, da fettreiche Rostbratwürstchen (apetito, Berlin)

5.1.3 Seefisch aus nicht überfischten Beständen

DGE Qualitätsstandard, sieben Verpflegungstage (2011)	Stichprobenergebnis
Fisch: Seefisch aus nicht überfischten Beständen	0 % mit der gewünschten Qualität

Bei sechs Fischgerichten unter den 30 Menüs ist keines mit einem entsprechenden Siegel gekennzeichnet. Dieser Sachverhalt lässt darauf schließen, dass keine der Fischkomponenten die Anforderungen erfüllt.



Abb.15: Standard nicht erfüllt, da nicht ersichtlich, ob zertifizierter Fisch nach Vorgaben der DGE geliefert wurde (*Johanniter, Berlin*)



Abb. 16: Standard nicht erfüllt, da nicht ersichtlich, ob zertifizierter Fisch nach Vorgaben der DGE geliefert wurde (*apetito NRW*)

5.1.4 Ölsorte: Rapsöl

DGE Qualitätsstandard, sieben Verpflegungstage (2011)	Stichprobenergebnis
Rapsöl ist Standardöl	0 % gekennzeichnet

Bei keinem Gericht aus der Zufallsstichprobe war die Ölsorte angegeben. Der Kunde hat keine Möglichkeit dieses Kriterium zu überprüfen. Wären zertifizierte Menülinien verfügbar, so wäre der Einsatz von Rapsöl sichergestellt und müsste nicht vom Kunden überprüft werden.

5.2 Speisenplanung und -herstellung

On the basis of the DGE quality standard for eating on wheels in the 2011 edition, the following criteria were checked using a random selection of samples:

Table 2: Check criteria for food planning and preparation

	ja	nein	unklar	Im Menü nicht enthalten
Saisonale Speisekomponenten				
Fettarme Zubereitung				
Frische oder tiefgekühlte Kräuter				
Sparsamer Einsatz von Jodsalz				
Sparsamer Einsatz von Zucker				
Abgabetemperatur kalter Speisen max. 7 °C				
Abgabetemperatur warmer Speisen mind. 65 °C				

Table 3: Questionnaire for food planning and preparation

5.2.1. Saisonale Speisekomponenten

DGE Qualitätsstandard, sieben Verpflegungstage (2011)	Stichprobenergebnis
Saisonales Obst und Gemüse wird bevorzugt	30 % ohne saisonale Komponenten

The evaluation of this criterion presupposes that customers are familiar with seasonal offers before selecting the menu. The assessors of the study evaluated 70 % of the menus (21) positively and confirmed that seasonal components were used.

However, 30 % of the sample (9 menus) were not seasonally appropriate in their composition.



Abb. 17: Standard erfüllt, da Brokkoli als saisonales Gemüse (Landhausküche appetito, Hamburg)



Abb. 18: Schweinesteak, Kartoffeln und Spargel (Stiftung Hospital St. Wendel, Saarland)

A combination, as desired according to the recommendations, would take taste preferences into account and bring healthy, vitamin-rich food into the home.

5.2.2. Low-fat Preparation

DGE Quality Standard, seven working days (2011)	Survey Result
Low-fat preparation is valued	at least 43.5 % not low-fat

The assessment of the criterion "low-fat preparation" is difficult for laypeople. Based on known menu components, an assessment can be made. Some preparation methods allow easy conclusions about the fat content of the menu, such as B. cream sauces or fried dishes.

In the survey, 4 (13%) dishes were estimated as low-fat. 13 (43.5 %) of the dishes were high-fat and in 13 dishes no clear assessment was possible.

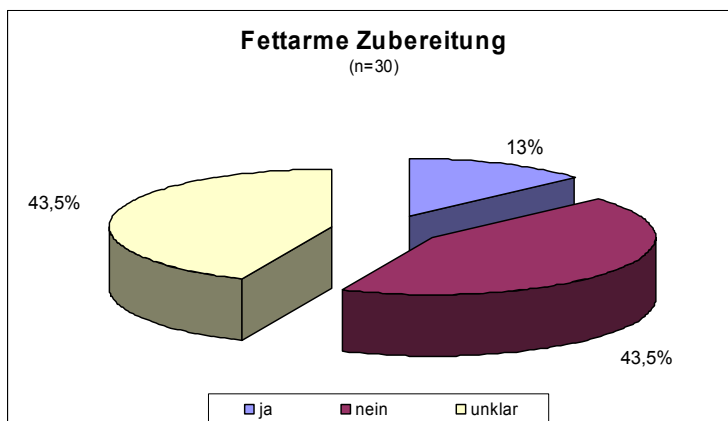


Abb. 19: Low-fat Preparation

Nutritional information for the average portion would make the assessment easier and more objective.



Abb.20: Standard erfüllt, da fettarmer Fisch mit Petersiliensoße, Salzkartoffeln, frischer Tomatensalat (Gloria, Bremen)



Abb. 21: Standard nicht erfüllt, da fettreiches und frittiertes Knusperhähnchen, Püree und Gemüse mit Rahmsoße (feelgood, Schwerin)

5.2.3. Frische oder tiefgekühlte Kräuter

DGE Qualitätsstandard, sieben Verpflegungstage (2011)	Stichprobenergebnis
FrISChe oder tiefgekühlte Kräuter bevorzugt	nur 35 % positiv beurteilt

Die Seniorinnen und Senioren haben wenig Erfahrung, um zu beurteilen, ob in einem Menü wirklich frische oder tiefgekühlte Kräuter eingesetzt wurden. Die Prüferinnen der Zufallsstichproben haben unter den 20 Menüs mit Kräutern 7 Mal für positiv und 12 Mal für „nicht erfüllt“ entschieden. Dieses Kriterium ist nur anhand der Rezeptur oder der Kennzeichnung nachprüfbar.



Abb. 22: Standard erfüllt, da frISChe Kräuter verarbeitet (Pflegedienst Jürgen Steinberg, NRW)



Abb. 23: Standard wahrscheinlich nicht erfüllt, weil keine frISChe Kräuter erkennbar (AWO, Saarland)

Eine lesbare Zutatenliste oder eine „Fit im Alter“-Zertifizierung der Lieferdienstes würde Klarheit schaffen, dass auch bei den Kräutern Qualität geboten wird.

5.2.4. Sparsamer Einsatz von Jodsalz

DGE Qualitätsstandard, sieben Verpflegungstage (2011)	Stichprobenergebnis
Jodsalz wird verwendet, sparsam salzen	53 % nicht eindeutig

53 % der Menüs (16) konnten von den Prüferinnen nicht eindeutig bewertet werden. Entweder war das Jodsalz nicht explizit ausgewiesen oder die sensorische Prüfung hat nicht eindeutig einen sparsamen Einsatz bestätigt.

Aus der Lieferung, den begleitenden Unterlagen und der ergänzenden Geschmacksprüfung konnte bei 37 % der Gerichte (11) das Prüfkriterium positiv gewertet werden.

Beim Einsatz von Salz ist die Offenheit der Anbieter gefordert, um den Kunden über die nicht sichtbaren Nahrungsbestandteile aufzuklären. Die generelle Verpflichtung der Hersteller, die eine Optimierung der Rezepturen zugrunde legen würde, könnte zur Kundenbindung beitragen. Die Zertifizierung erspart die wiederkehrenden Überprüfungen durch die Seniorinnen und Senioren.

5.2.5. Sparsamer Einsatz von Zucker

DGE Qualitätsstandard, sieben Verpflegungstage (2011)	Stichprobenergebnis
Zucker wird sparsam verwendet	18 % nicht sparsam gesüßt, 64 % nicht zu bewerten

Der sparsame Einsatz von Zucker ist am gelieferten Menü kaum festzustellen. Die Betrachtung und Verkostung erlaubt gelegentlich eine Einschätzung. So wurden zwar 18 % (3) der Stichproben-Gerichte als zuckerarm bewertet, weitere 18% als zu süß. Dagegen war bei 6 % der Süßspeisen in den Menüs die Einschätzung unklar (11). Nur Nährwertangaben auf den Packungen ermöglichen eine leichte Einordnung.



Abb. 24: Standard unklar, da selbstgemachter Milchreis mit Früchten ohne Kennzeichnung (feelgood, Mecklenburg Vorpommern)



Abb. 25: Standard nicht erfüllt, da zuckerreicher Schokopudding mit Vanillesauce (Malteser, Thüringen)

Da Rezepturkontrollen vom Kunden nicht zu leisten sind und die Geschmacks-
wahrnehmung bezüglich Zucker im Alter eher unsensibler wird, gewinnt die
Transparenz auf Anbieter-Seite zusätzliche Bedeutung. Nährwert-Kennzeichnung
oder Zertifizierung wären ein positives Signal.

5.2.6 Ausgabetemperaturen kalter und warmer Speisen

DGE Qualitätsstandard, sieben Verpflegungstage (2011)	Stichprobenergebnis
Temperatur warmer Speisen liegt bei Abgabe an die Kundin/den Kunden bei mind. 65 °C. Temperatur kalter Speisen liegt bei Abgabe an die Kundin/den Kunden bei max. 7 °C.	nur 23 % (warm) bzw. 47 % (kalt) im gewünschten Bereich

Die Prüfmethode des Marktchecks entsprachen den Möglichkeiten der Seniorinnen und Senioren vor Ort. Mit handelsüblichen Thermometern wurden die Temperaturen der angelieferten Menüs erfasst, um eine tendenzielle Einschätzung über die Einhaltung dieses Prüfkriteriums zu erhalten.

Bei den 19 Menüs mit kalten Menü-Komponenten lagen 9 (47 %) im gewünschten Bereich, weitere 8 Menüs (42 %) waren wärmer und bei 2 Menüs (11 %) konnte die Messung nicht eindeutig vorgenommen werden, da in diesen Fällen die Thermometer in diesen Bereichen nicht messen konnten.

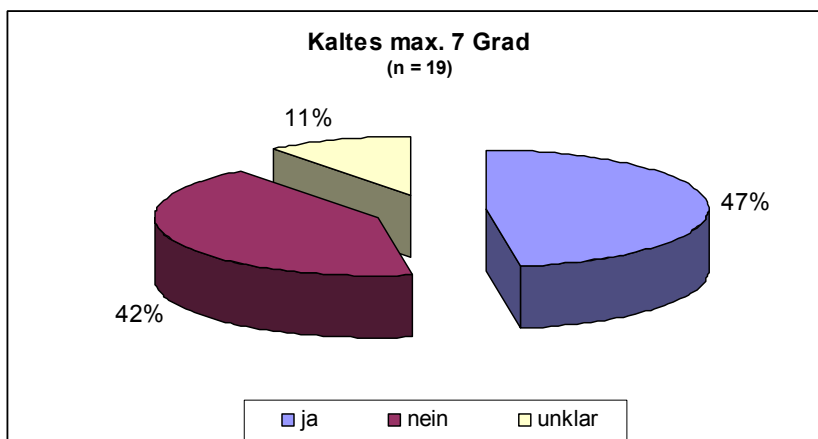


Abb. 26: Temperatur der kalten Speisen bei Lieferung



Abb. 27: Foto der Mess-Methode

Bei den 30 warmen Menüs lagen 7 (23%) im gewünschten Bereich, 23 Menüs (77%) wurden unter 65 °C gemessen.

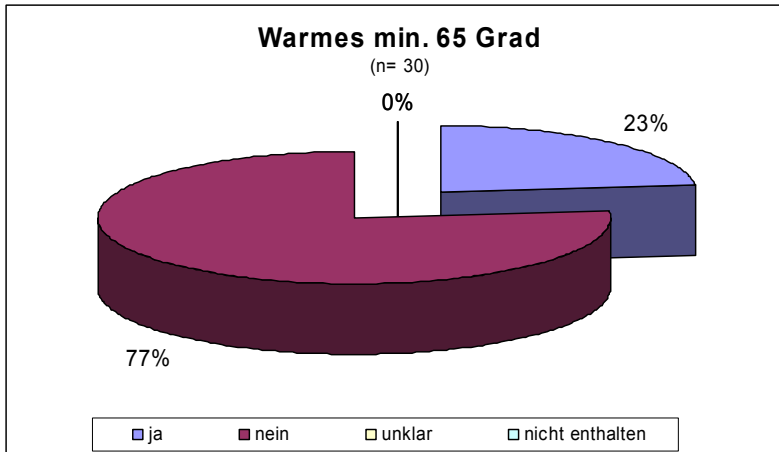


Abb. 28: Temperatur der warmen Speisen bei Lieferung



Abb.29: Foto der Mess-Methode

Die Untersuchung gibt einen Hinweis darauf, dass das Temperaturkriterium in vielen Fällen nicht erfüllt wird. Umfangreichere und standardisierte Untersuchungen wären erforderlich, um eine repräsentative Aussage machen zu können.

5.3 Portionsgrößen

Auf der Grundlage des DGE-Qualitätsstandards für Essen auf Rädern in der Auflage von 2011 wurden folgende Empfehlungen überprüft:

Empfohlene Portionsgrößen	Ja	nein	Menge
Getreide/Kartoffel 150 – 200 g / Tag			
Gemüse 200 - 250 g, gegart und roh / Tag			
Fleisch, Fisch, Angabe der Menge			

Tabelle 4: Fragebogen zu den Portionsgrößen

5.3.1 Getreide- und Kartoffelmenge

DGE Qualitätsstandard (2011), Tabelle 10 (S. 39)	Stichprobenergebnis
Orientierungswerte für die Mittagsverpflegung: Kartoffeln, Reis, Teigwaren oder Getreide 150 – 200 g	53 % mit zu kleiner oder zu großer Portion

Im Durchschnitt liegen die Portionen mit 182 g im empfohlenen Bereich. Genauer betrachtet ergibt sich, dass nur knapp die Hälfte, 14 der 30 Gerichte, die Orientierungswerte einhalten. Acht Anbieter liegen mit ihrem Menü über den Vorgabewerten (z.B. Foto 16). Acht Anbieter erreichen die geforderte Menge nicht, wovon ein Angebot sogar nur 69 g Getreide enthält (Foto 32).

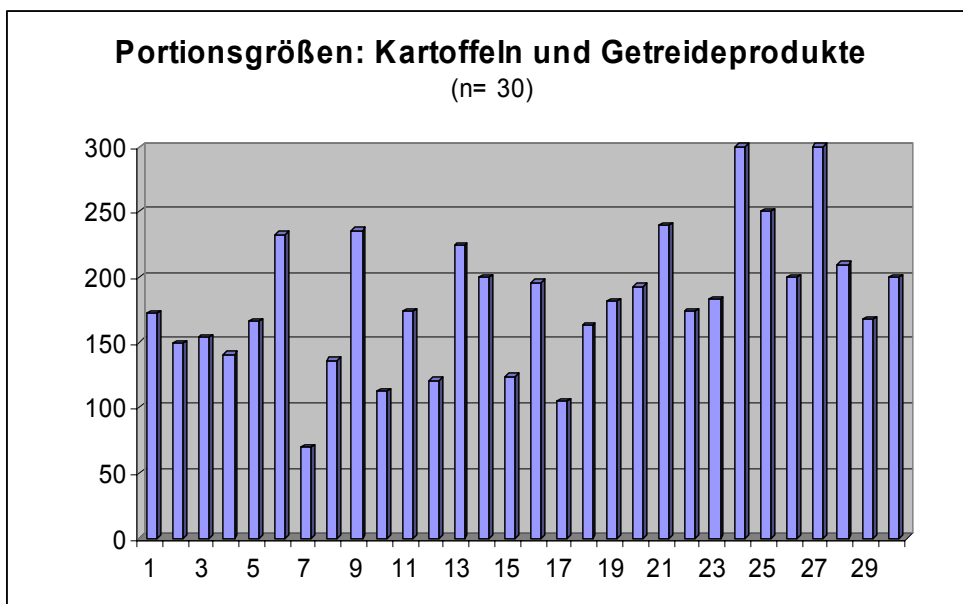


Abb. 30: Portionen Kartoffel/Getreideprodukte



Abb. 31: Standard nicht erfüllt, da 224g Kartoffeln als Sättigungsbeilage zu viel sind (Alsterfood, Hamburg)



Abb.32: Standard nicht erfüllt, da 69g Vollkornnudeln als Sättigungsbeilage zu wenig sind (Caritas, NRW)

Die Beilagenportionen haben eine große Spannweite in der Menge. Auf den Fotos ist zu erkennen, dass eine große Portion Sättigungsbeilage teilweise den Gemüseanteil schmälert.



Abb.33: Standard nicht erfüllt, da zu viel Sättigungsbeilage (Alsterfood, Hamburg)



Abb.34: Standard nicht erfüllt, da zu viel Sättigungsbeilage (Menü-Taxi, Saarland)

Eine gute Kombination aller Menükomponenten ist durch die großen Beilagenportionen nicht immer gegeben.

5.3.2 Gemüsemenge

DGE Qualitätsstandard (2011), Tabelle 10 (S. 39)	Stichprobenergebnis
Orientierungswerte für die Mittagsverpflegung: Gemüse, gegart und roh 200 – 250 g	87 % zu klein

4 (13 %) der Menüs können die empfohlene Menge aufweisen. Unter den 24 (87 %) Anbietern, bei denen zu wenig Gemüse in den Menüs enthalten ist, liegen sechs Portionen mit weniger als 50 g - wie beispielhaft auf Bild 36 zu sehen ist - deutlich unter der täglich empfohlenen Menge.

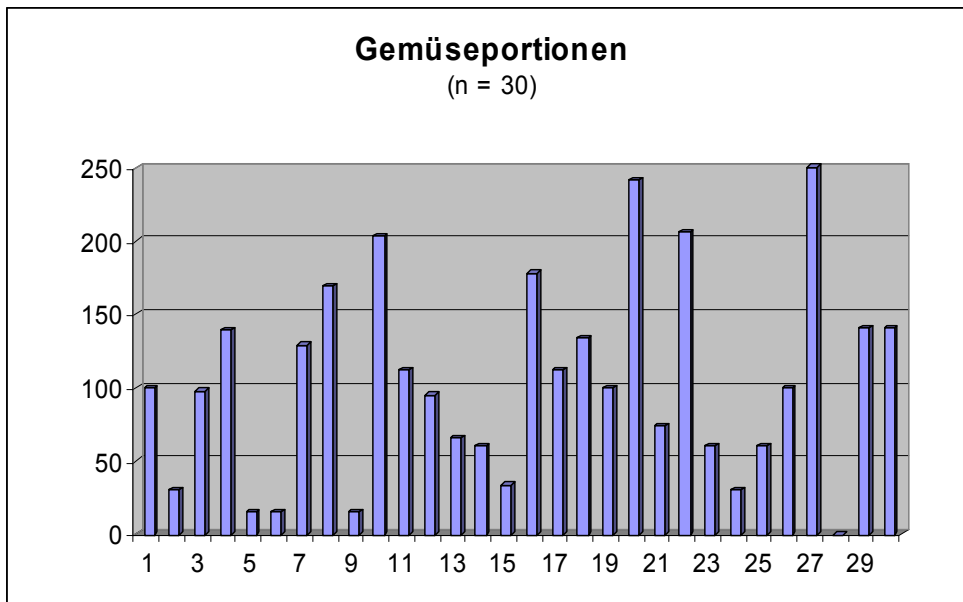


Abb. 35: Portionen Gemüse



Abb.36: Standard nicht erfüllt, da nur 30g Obst und Gemüse (Essen auf Rädern, Bremen)



Abb.37: Standard nicht erfüllt, da nur 135 g, wovon der Hauptanteil zudem aus Soße besteht (Volkssolidarität, Thüringen)

Der DGE-Qualitätsstandard drängt darauf, den Kunden der Menü-Dienste eine reguläre Gemüseportion zu liefern. Die Portionsgröße ist dem Menü auf dem Speiseplan nicht zu entnehmen. Erst beim Öffnen des Liefergefäßes wird dem Kunden deutlich, ob Gemüse mit Soße oder Soße mit Gemüse gemeint war. Die Zertifizierung würde für die Kunden ein deutliches und positives Signal setzen und Sicherheit geben.

5.3.3 Fleisch- und Fischmenge

DGE Qualitätsstandard (2011), Tabelle 10 (S. 39)		Stichprobenergebnis
Orientierungswerte für die Mittagsverpflegung:		Fisch reichlich, Fleisch: nur 26 % im grünen Bereich
Fleisch und Wurstwaren	200 g / Woche	
Fisch	70 – 80 g / Woche	

Der DGE-Standard verweist auf eine Portionsgröße von rund 100 g Fleisch, bei zwei Fleischmahlzeiten pro Woche. Die Portionsgröße beim Fisch beträgt 70 - 80 g. Alle 6 Menüs mit einer Fisch-Komponente liegen über den Vorgabewerten. Im Durchschnitt ist die Portion 116 g schwer.

Die Fleischgerichte schneiden im Durchschnitt mit 106 g gut ab. Detailliert betrachtet enthalten nur sechs der 23 Fleisch-Gerichte eine Portionsgröße von rund 100 g. Über diesem Wert liegen zehn Fleischportionen. Sieben Menüs weisen eine Portion unter 95 g Fleisch auf, wovon zwei Anbieter mit 10 g und 26 g eine sehr geringe Fleischmenge servieren.

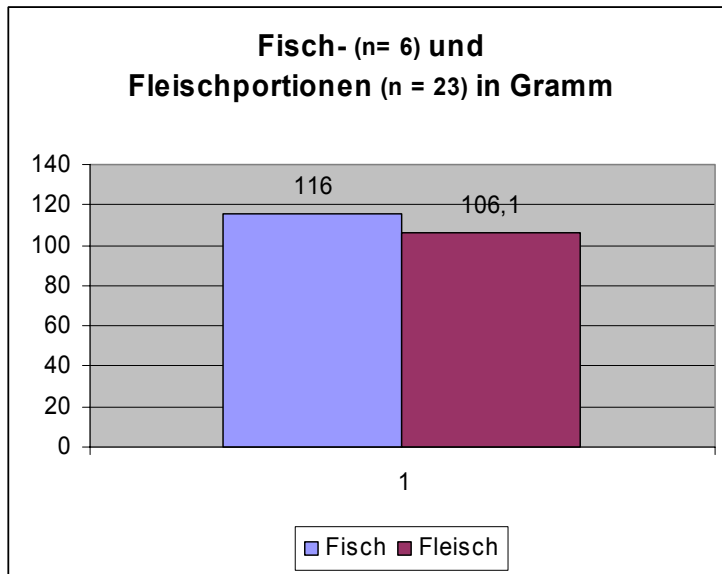


Abb. 38: Durchschnittliche Portionen Fisch und Fleisch

Die Abweichungen bei den Fleischportionen können möglicherweise dadurch entstehen, dass bei einem anderen Menü des Wochenangebotes eine größere bzw. kleinere Menge Fleisch angeboten wird.



Abb.39: In der laufenden Woche bleibt noch Platz für 174 g Fleisch (Essen auf Rädern, Bremen)



Abb.40: Die weiteren Gerichte in dieser Woche sollten weniger als 50 g Fleisch enthalten (Pflegedienst Brüwer, NRW)

Große Fleischportionen kommen bei den Kunden sicher immer noch gut an. Der DGE-Qualitätsstandard fordert, dass auch Gemüse und Beilagen auf dem Teller ihren Platz finden, um ein ausgewogenes, nährstoffreiches Menü zu garantieren. Da die Kunden sich einzelne Komponenten nicht nachnehmen können, überträgt sich die Verantwortung für eine seniorengerechte, vollwertige Versorgung auf den Anbieter.

6. Zusammenfassung der Ergebnisse

Ergebnisse zu den Wochenspeiseplänen

Kein Anbieter gibt seinen Kunden eine klare Empfehlung, mit welcher Menü-Kombination der DGE-Qualitätsstandard weitergehend erfüllt wird. Selbst wenn die Senioren lange nach der besten Menü-Kombination suchen, sind die DGE-Empfehlungen nicht realisierbar.

Beim Versuch der optimalen Menüauswahl für sieben Tage fehlt es noch bei zwei Anbietern an der täglichen **Getreide, Getreideprodukte bzw. Kartoffelportion**. Bei 87 % der Anbieter ist die 7-Tage-Kombination ohne **Vollkornprodukte**. Der Anteil an **Kartoffelerzeugnissen** wird bei 17 % der Wochen-Speisepläne überschritten.

Die Anforderung der täglichen **Gemüseportion** bei der warmen Mahlzeit lässt sich – unabhängig von der Portionsgröße – bei 10 % der Anbieter mit der Menüauswahl nicht realisieren. Die Wahl von **Salat oder Rohkost** an mindestens drei Tagen in der Woche ist nur bei 37 % der Anbieter möglich. 3 x pro Woche **Obst** zu wählen ist bei 70 % der Anbieter nicht möglich. Auch bei den Empfehlungen zur Häufigkeit der **Milchprodukte** müssen 13 % der Anbieter noch nachbessern. Bei einem Fünftel der Wochenspeisepläne gibt es nach der Menüauswahl mehr als drei **Fleischgerichte**. Immerhin ist die Umsetzung der einen **Fischmahlzeit** in sieben Tagen immer realisierbar.

Ergebnisse zur Lebensmittelauswahl

Die Qualität muss in allen Lebensmittelgruppen noch deutlich verbessert und für den Kunden transparenter dargestellt werden. Erst mit einem dem Qualitätsstandard angepassten Angebot beliebter Speisen, wird dem Kunden die eigenverantwortliche gesundheitsfördernde Versorgung ermöglicht.

Vollkornprodukte sind im Gesamt-Sortiment der Menü-Anbieter schwach vertreten. Nur ein Menü der Stichprobe enthielt Vollkornnudeln. **Gemüse** in der Qualität „frisch oder tiefgekühlt“ konnte nur bei 57% der Gerichte deutlich erkannt werden. Durch fehlende Kennzeichnung ist bei 14 % der Gerichte die Wahrscheinlichkeit groß, dass konserviertes Gemüse eingesetzt wurde. Da 90 % der Menüs keine Salatbeilage enthielten, ist das Qualitätskriterium 3 x pro Woche **Rohkost oder Salat** wahrscheinlich nicht realisierbar. **Frisches oder tiefgekühltes Obst** ist mit 17 % der Stichproben-Menüs selten und für einen Speiseplan mit 3 x pro Woche Obst möglicherweise nicht ausreichend. Da 60 % der **Milchprodukte** keine Angaben zum Fettgehalt haben, ist die Bewertung der Qualität bezüglich des Fettgehaltes für die Senioren nicht möglich. Die von der DGE geforderte **Fleischqualität (mageres Muskelfleisch)** wurde nur in 38 % der Stichproben-Menüs geboten. Das Angebot fettreicher Fleischgerichte und Fleischerzeugnisse ist bezogen auf das Gesamtsortiment möglicherweise noch relativ hoch, so dass Senioren die Wahl von Gerichten mit mageren Fleischsorten schwerer fällt. Bei keinem Menü war der **Fisch** als Seefisch aus nicht überfischten Beständen gekennzeichnet. Die Sorte des verwendeten **Öls oder Zubereitungsfettes** ist bei keinem Menü angegeben.

Ergebnisse zur Speisenplanung und -herstellung

Ohne eine Beschreibung und Kennzeichnung hat der Kunde keine Möglichkeit, das Liefermenü mit den Empfehlungen zur gesunderhaltenden Ernährung abzugleichen. Erforderlich sind Menübeschreibungen und Nährwertangaben im Vorfeld der Bestellung. Die Zertifizierung des Menü-Dienstes könnte eine detaillierte Kennzeichnung pauschal ersetzen und den Senioren mehr Sicherheit in der Auswahl geben.

30 % der Menüs haben keine **saisonale Gemüse- oder Obstsorte**. Die Bewertung des **Fettgehaltes** ist für den Laien ohne Nährwertangaben kaum möglich. Die Prüferinnen der Verbraucherzentralen haben mittels Sichtkontrolle und Bewertung der Zubereitungsart 44 % der Menüs als „nicht fettarm“ eingestuft. Nur ein Drittel der Menüs mit **Kräutern** enthalten diese in frischer oder tiefgekühlter Qualität. Mangels Kennzeichnung basiert die Bewertung auf Sichtkontrolle. Da mit dem Menü keine Informationen zum **Salzgehalt** geliefert wurden, bleiben 53 % der Stichprobe in der Beurteilung unklar. Ohne eine Kennzeichnung ist der **Zuckergehalt** der süßen Speisen von den Senioren nicht zu beurteilen, zumal es zusätzlich die alterstypische Minderung der Geschmackssensibilität gibt. Die mit haushaltsüblichen Thermometern gemessenen **Liefertemperaturen** entsprachen zum überwiegenden Anteil nicht der geforderten Mindest- und Maximal-Temperaturen. Aufgrund der hohen Gesundheitsgefahren bei Nichteinhaltung ist an diesem Punkt eine professionelle und standardisierte Überprüfung nötig.

Ergebnisse zu den Portionsgrößen

Zu viel Fleisch und Beilagen verdrängen das Gemüse. Die Kunden sehen erst auf dem Teller, wenn das Verhältnis nicht stimmt. Die Verantwortung für die empfohlene Lebensmittelkombination und Portionsgröße tragen ausschließlich die Anbieter, die ihre Rezepturen anpassen müssen.

54 % der Stichprobenmenüs liegen bei der **Kartoffel-, Reis- und Nudelmenge** außerhalb der empfohlenen Portionsgröße. Acht Anbieter liefern zu kleine Portionen, weitere acht Anbieter liegen über der 200 g-Grenze. Große Beilagenportionen bedingen teilweise verkleinerte Gemüseportionen. Bei 87 % der Menüs ist die **Gemüseportion** zu klein. Es liegt in der Verantwortung der Anbieter, dass die im Speiseplan angegebene Gemüsekomponente auch in einer angemessenen Portionsgröße angeboten wird. Dieser Verantwortung sind sich nach den Untersuchungen der Verbraucherzentralen nur 13 % der Menüdienste bewusst. Bei den **Fischportionen** schneiden die Stichproben-Menüs gut ab. Menüs mit **Fleischportionen** sind in der Bewertung nicht eindeutig, da die Mengenangabe aus dem DGE-Qualitätsstandard auf eine Woche bezogen ist. Nur 25 % der Menüs enthalten eine Menge um die 100 g, die dann ein zweites Fleischgericht mit gleicher Portionsgröße ermöglichen. Viel Fleisch bedeutet vielfach gleichzeitig weniger Gemüse.

7. Fazit

Der Markt-Check von 30 Essen-auf-Rädern Menüs in acht Bundesländern bringt zwei zentrale Ergebnisse hervor:

- Der Kunde - in der Regel sind es Seniorinnen und Senioren - ist auf die **Transparenz, Kennzeichnung und Deklaration der Anbieter** angewiesen. Viele Kriterien lassen sich erst vor Ort überprüfen, wenn das bestellte Menü verzehrfertig auf dem Tisch steht. Bei der Menü-Wahl fehlen wichtige Hinweise zum Beispiel auf empfohlene Menü-Kombinationen für die ganze Woche, die Größe der Gemüseportion oder die Tierart der Fleischkomponente.
- Viele der Kriterien des **DGE-Qualitätsstandards** werden im Rahmen der ausführlich dargestellten Stichprobe nicht bzw. nur von einem Teil der Anbieter erreicht. Obwohl der Standard zum Untersuchungszeitraum schon knapp ein Jahr auf dem Markt war, zeigt die ernährungsphysiologische Qualität der Liefer-Menüs Defizite.

Eine Bekanntmachung der Anforderungen an eine gesunderhaltende Ernährung gemäß dem Qualitätsstandard der Deutschen Gesellschaft für Ernährung ist dringend nötig. Die **Zertifizierung der Anbieter mit dem Logo „Fit im Alter“** ist ein Signal in die richtige Richtung. Es würde den Senioren, die sich das Essen auf Rädern kommen lassen wollen oder müssen, die gute und gesunde Wahl erleichtern.

Bestrebungen zur Bekanntmachung des Qualitätsstandards können noch viel Gutes bewirken. Im Rahmen der Kurse und Treffs „Fit im Alter“ bietet das Thema Qualität bei Liefer-Menüs immer viel Gesprächsstoff. Es ist unterstützenswert, wenn die **Seniorinnen und Senioren Verunsicherung abbauen** wollen.

Anhang

Anlage 1: Prüfliste „Liefer-Menü“ in Anlehnung an den DGE-
Qualitätsstandard

Anlage 2: Prüfliste Wochen-Speisepläne

Anlage 3: DGE-Qualitätsstandard, überarbeitete 2. Auflage 9/2011

Anlage 4: 5 exemplarische Wochenpläne der Anbieter aus dem
Marktcheck

Anlage 1: Prüfliste „Liefer-Menü“ in Anlehnung an den DGE-
Qualitätsstandard

**Senioren- und angehörigengerechte Kurzfassung des DGE-
Standards**

Bearbeitung als 25-Punkte-Checkliste zur Sicht-, Geschmacks- und Portionenkontrolle.

PRÜF-LISTE „Liefer-Menü“

(abgeleitet vom DGE-Qualitätsstandard, 2. Auflage 9/2011, Änderungen sind grau unterlegt)

	ja	nein	unklar	Im Menü nicht enthalten
Optimale Lebensmittelauswahl				
Sättigungsbeilage aus Vollkorngetreide				
Gemüse, frisch oder tiefgekühlt				
Rohkost oder Salat				
Obst, frisch oder tiefgekühlt ohne Zuckerzusatz				
Milch und Joghurt mit 1,5 – 1,8 % Fett				
Speisequark mit max. 20 % Fett i. Tr.				
Käse max. Vollfettstufe (bis 50 % Fett i. Tr.)				
Mageres Muskelfleisch				
Seefisch aus nicht überfischten Beständen				
Ölsorte: Rapsöl				
Speisenplanung und -herstellung				
Saisonale Speisekomponenten				
Fettarme Zubereitung				
Gemüse, Teigwaren und Reis sind bissfest	entfällt			
Frische oder tiefgekühlte Kräuter				
Sparsamer Einsatz von Jodsalz				
Sparsamer Einsatz von Zucker				
Abgabetemperatur kalter Speisen max. 7 °C				
Abgabetemperatur warmer Speisen mind. 65 °C				
Appetitanregende Präsentation	entfällt			
Typisch in den Farben	entfällt			
Menükomponenten sind farblich ansprechend kombiniert	entfällt			
Keine Vermischung beim Transport	entfällt			

Empfohlene Portionsgrößen	ja	nein	Menge
Getreide/Kartoffel 150 – 200 g / Tag			
Gemüse 200 - 250 g, gegart und roh / Tag			
Fleisch, Fisch, Angabe der Menge			

Anlage 2: Prüfliste Wochen-Speisepläne

Check-up des Wochen-Speiseplans (7 Verpflegungstage)

PRÜF-LISTE „Wochen-Speiseplan“

(abgeleitet vom DGE-Qualitätsstandard, 2. Auflage 9/2011)

	ja	nein	unklar
Anforderungen an den Wochenspeiseplan			
7 x Getreide, Getreideprodukte, Kartoffeln			
Davon mind. 1 x Vollkornprodukte			
Davon max. 1 x Kartoffelerzeugnisse			
7 x Gemüse, Hülsenfrüchte und Salat			
Davon mind. 3 x Rohkost oder Salat			
3 x Obst, davon mind. 2 x frisch oder tiefgekühlt			
Davon mind. 2 x frisch oder tiefgekühlt, ohne Zuckerzusatz			
Mind. 3 x Milch oder Milchprodukte			
Max. 3 x Fleisch wechselnder Fleischsorten			
Davon max. 1 x Fleischerzeugnisse incl. Wurstwaren			
Mind. 1 x Seefisch			
Davon 1 x fettreicher Seefisch innerhalb von 2 Wochen	entfällt		
Gestaltung des Speiseplans			
Gute Erkennbarkeit der Menülinien			
Eindeutige Speisenbezeichnung			
Benennung der Tierart bei Fleisch und Fleischerzeugnissen			
Gute Lesbarkeit, große Schrift			
Alkohol ist deklariert			

Anlage 3: DGE-Qualitätsstandard, überarbeitete 2. Auflage 9/2011

Tabelle 3: Anforderungen an einen Ein-Wochen-Speisenplan (sieben Verpflegungstage)

Lebensmittelgruppe	Häufigkeit	Beispiele zur praktischen Umsetzung
1. Getreide, Getreideprodukte und Kartoffeln	7 x abwechselnd <ul style="list-style-type: none"> • Speisekartoffeln • Parboiled Reis • Teigwaren und andere Getreideprodukte davon: <ul style="list-style-type: none"> • mind. 1 x Vollkornprodukte • max. 1 x Kartoffelerzeugnisse 	<ul style="list-style-type: none"> • Pellkartoffeln, Salzkartoffeln, selbstgemachtes Püree/Kartoffelsalat, Follenkartoffeln • Reispfanne, Reis als Beilage • Weizen oder Dinkel, gekocht als Beilage, Couscous, Bulgur, Hirse, Polenta • Vollkornteigwaren, Vollkomplizza, Naturreis, Brötchen • Halbfertig- oder Fertigprodukte wie z. B. Klöße, Gnocchi, Püree, Kroketten, Pommes frites, Kartoffelecken, Reibekuchen
2. Gemüse und Salat	7 x davon: <ul style="list-style-type: none"> • mind. 3 x Rohkost oder Salat 	<ul style="list-style-type: none"> • als Beilage, Auflauf, Gemüselasagne, gefüllte Paprika (oder Zucchini, Auberginen), Erbsen-, Linsen-, Bohneneintopf, Ratatouille, Wokgemüse • Tomatensalat, Gurkensalat, gemischter Salat, Krautsalat
3. Obst	3 x davon: <ul style="list-style-type: none"> • mind. 2 x frisch oder tiefgekühlt, ohne Zuckerzusatz 	<ul style="list-style-type: none"> • Milchreis mit Kirschen, süßer Aprikosenauflauf, Fruchtsuppe mit Grießklößchen • Obst im Ganzen, Obstsalat, Quark mit frischem Obst

Lebensmittelgruppe	Häufigkeit	Beispiele zur praktischen Umsetzung
4. Milch und Milchprodukte	mind. 3 x <ul style="list-style-type: none"> Milch: 1,5 % Fett Naturjoghurt: 1,5 % – 1,8 % Fett Käse: max. Vollfettstufe (< 50 % Fett i. Tr.) Spesequark: max. 20 % Fett i. Tr. 	<ul style="list-style-type: none"> In Soßen, Aufläufen, Salatdressings, Dips, Desserts
5. Fleisch, Wurst, Fisch, Ei	max. 3 x Fleisch abwechselnd: davon: <ul style="list-style-type: none"> max. 1 x Fleischerzeugnisse inkl. Wurstwaren mind. 1 x Seefisch: davon: <ul style="list-style-type: none"> 1 x fettreicher Seefisch Innerhalb von 2 Wochen 	<ul style="list-style-type: none"> Putenbrust, Hähnchenschnitzel, Rinderroulade, Schweinebraten Hackfleischsoße, Frikadellen, Wurst im Eintopf, Bratwurst Seelachsfilet, Heilbutt, Makrele, Lachsfilet, Heringssalat
6. Fette und Öle	Rapsöl ist Standardöl	

Gestaltung des Spesenplans

- Spesenpläne bzw. Bestellscheine sind in angemessener Schriftgröße, gut lesbar und mit einem ausreichenden Kontrast zum Untergrund erstellt.
- Beim Angebot mehrerer Menülinien sind diese übersichtlich dargestellt. (Dazu ist mindestens ein DIN A4-Ausdruck notwendig.)
- Preise sind (falls aufgeführt) gut lesbar und übersichtlich dargestellt, besonders bei der Wahl unterschiedlicher/individueller Portionsgrößen (z. B. klein, mittel, groß).
- Die Speisen auf dem Spesenplan sind eindeutig bezeichnet. Nicht übliche und nicht eindeutige Bezeichnungen sind erklärt. (Die Verwendung von Abbildungen der Speisen kann hilfreich sein.)

- Bei Fleisch und Fleischerzeugnissen ist die Tierart auf dem Spesenplan benannt.
- Die Verwendung von Alkohol ist deklariert.



Quelle: Qualitätsstandard für Essen auf Rädern, DGE, 2011

2.3 Speisenerstellung

Neben der Lebensmittelauswahl tragen die Zubereitung und die Warmhaltezeiten wesentlich zur ernährungsphysiologischen und sensorischen Qualität der Speisen bei.

2.3.1 Zubereitung

Nachfolgend werden zunächst Kriterien für die Zubereitung genannt, die für Hersteller gelten:

- Für die Abläufe der Speisenerstellung sind Zubereitungs- und Arbeitsanweisungen, z. B. in Form von Rezepturen mit Zubereitungshinweisen, festgelegt und dokumentiert.
- Auf eine fettarme Zubereitung wird geachtet.
- Für die Zubereitung von Gemüse und Kartoffeln werden fettarme und nährstoffhaltende Garmethoden¹⁰ (dünsten, dämpfen, grillen) angewendet.
- Rapsöl wird als Standardöl verwendet.
- Frittieren¹¹ als Garmethode wird auf ein Minimum beschränkt.
- Zum Würzen werden frische oder tiefgekühlte Kräuter eingesetzt.
- Jodsalz¹² verwenden und sparsam salzen.
- Zucker in Maßen einsetzen.
- Für die Portionierung der Speisen werden Portionierungshilfen (z. B. ein Kellenplan) verwendet.
- Nüsse und Samen werden als Topping (z. B. für Salate) angeboten.
- Nicht essbare Bestandteile von Garnituren sind entfernt.

¹⁰ Eine Übersicht über die einzelnen Garmethoden und ihre ernährungsphysiologische Bewertung finden Sie unter www.fitimalter-dge.de, Rubrik: Wissenswertes/Gemeinschaftsverpflegung.

¹¹ Die Gebrauchsdauer von Frittierfett hängt vom Backgut, dem eingesetzten Fett und der Menge des Backguts ab. Fleisch und Fisch belasten das Fett mehr als z. B. Pommes frites. Daher werden getrennte Frittierbecken empfohlen. Zur Einschätzung der Fettqualität können Schnelltests herangezogen werden, bei denen z. B. die Menge der freien Fettsäuren ermittelt wird. Im Vergleich zum Braten bzw. Frittieren mit gehärteten



2.3.2 Warmhaltezeiten und Temperaturen

Mit zunehmender Warmhaltezeit¹³ gehen Vitamine aufgrund ihrer Thermolabilität verloren, außerdem kommt es zu sensorischen Einbußen. Daher sollte die Warmhaltezeit so kurz wie möglich sein. Die Warmhaltezeit von maximal drei Stunden, die mit Beendigung des Garprozesses beginnt, darf insgesamt nicht überschritten werden – unabhängig davon, ob der Hersteller selbst ausliefert oder die Speisen an einen Verteller abgegeben und dann ausgeliefert werden.

Fetten ist das Aroma des Frittierguts besser und es ist aufgrund des Fehlens von trans-Fettsäuren im frischen Öl besser zu bewerten; aus: Matthäus, B., Bröhl, L.: Aktuelles Interview: Verwendung von Pflanzenölen. Ernährungstheorie und -praxis, Ernährungs Umschau 3/2005.

¹³ Die Verwendung von Jodsalz mit Fluorid, das nur mit Ausnahmegenehmigung in der Gemeinschaftsverpflegung einsetzbar ist, wird empfohlen. Die Ausnahmegenehmigung muss beim Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit beantragt werden.

2

Gestaltung der Verpflegung



Für das Warmhalten und Verteilen der Speisen gelten folgende Grundsätze:

- Die Warmhaltezeit zubereiteter Speisen beträgt maximal drei Stunden.
- Werden die Speisen warm ausgeliefert, beträgt die Kerntemperatur bei Abgabe an den Kunden mindestens + 65 °C.
- Gekühlt ausgelieferte Speisen und Speisenkomponenten haben bei Abgabe an den Kunden eine Temperatur von maximal + 7 °C.
- Tiefgekühlte Speisen und Speisenkomponenten haben bei Abgabe eine Temperatur von mindestens - 18 °C (kurzfristige Schwankungen von höchstens 3 °C auf maximal - 15 °C sind zulässig).
- Bei der Möglichkeit des Endgarens im Lieferfahrzeug werden die Speisen chargenweise erwärmt.



2.3.3 Sensorik

Die sensorische Qualität beeinflusst den Appetit und entscheidet maßgeblich über die Akzeptanz der Speisen. Dabei spielt das Wiedererkennen von bekannten Speisen und Gewürzen eine wesentliche Rolle.

Aussehen:

- Alle Speisen werden appetitanregend präsentiert.
- Die für die einzelnen Lebensmittel typischen Farben bleiben erhalten.
- Einzelne Komponenten grenzen sich farblich voneinander ab.
- Es ist sichergestellt, dass sich durch den Transport keine Speisenkomponenten vermischen.

Geschmack:

- Die Speisenkomponenten sind abwechslungsreich mit Kräutern und Gewürzen abgeschmeckt.

Konsistenz:

- Gemüse ist beim Verzehr möglichst noch bissfest.
- Fleisch hat eine zarte Textur.
- Ist bei besonderen Beeinträchtigungen der Kau- und Schluckfähigkeit eine andere Konsistenz¹⁴ notwendig, so gelten ebenfalls die oben genannten Anforderungen an Geschmack und Aussehen.



¹³ Die Warmhaltezeit beginnt nach Beendigung des Garprozesses und endet mit der Abgabe der Speise an die Seniorin bzw. den Senior.

¹⁴ Projekt „Fit im Alter – Gesund essen, besser leben.“ der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.), Broschüren: Kau- und Schluckstörungen und Essen und Trinken bei Demenz, Bonn 2010.

Anlage 4: 5 exemplarische Wochenpläne der Anbieter aus dem Marktcheck

030 896 88 225

19.09.2011 - 25.09.2011

Fahrbarer Mittagstisch
Bismarckallee 23
D-14193 Berlin
Tel. 030 / 896 88 - 225
Fax 030 / 896 88 - 228



Z Zusatzangebote		A Normal 5,10 EUR	B Diät/Schonkost 5,30 EUR	C Premium 6,10 EUR	D Mini 4,90 EUR
TA-Tauschmenü 5,10 EUR Kräuterhähnchen, Tomatensoße, Kartoffelpüree mit Karotten, Brokkoli 7508	Montag 19.09.2011	Sahneheringsfilets mit Butterkartoffeln 8710	Sahnegeschnetzeltes mit, Karotten und Spätzle-Nudeln v 4202 BE 2,8 CH 90	Große Gemüseplatte, Fingermöhrrchen, Rosenkohl, Blumenkohl, Erbsen soße Hollandaise Hähnchenbruststücke, Kartoffeln 8507 6,50 €	Rinderbraten mit Champignons, buntes Gemüse, Kartoffelklöße 6520
TB-Tauschmenü 5,30 EUR Pichelsteiner Eintopf mit Schweinefleisch Gemüse 4827	Dienstag 20.09.2011	Jägerklößchen in Pilzrahmsoße Kohlrabi Steckgemüse, bunte Nudeln 7431	Kartoffel-Möhreneintopf mit Mini-Frikadellen 4821 3,0 BE/L Ch 73	Paniertes Kotelett mit Paprika – Gemüse Königserbsenschoten, Pommes frites 8207 6,70 €	Hähnchenbrustfilet mit Spinat, Béchamelkartoffeln 6528
Z3 Dessert 0,50 EUR	Mittwoch 21.09.2011	Kohlroulade mit Hackfleischfüllung in sahniger Soße, dazu Salzkartoffeln 7411	Milchreis mit Zimt bestreut, dazu Sauerkirschen 5009 4,3 BE/L Ch 20	Hähnchenbrust Ilyen Style – Spaghetti Nudeln, Gemüsesoße Paprika Gemüse 8525	Alaska Seelachsfilet goldbraun gebraten, Remouladensoße mit Salzkartoffeln 6232
Z4 Kleiner Salat der Saison 1,80 EUR	Donnerstag 22.09.2011	Linseneintopf mit gekochter Mettwurst 7812	Deutsches Beefsteak in milder Bratensoße, dazu Wirsing, Salzkartoffeln 4401 3,2 BE/L Ch 91	Gefüllte Paprika mit Hackfleisch, Tomatensoße, Kräuterreis 8008	Spaghetti "Napoli" in fruchtiger Tomatensoße v 6771
Z5 Abendbrot 4,10 EUR Ein Abendbrotteller mit abwechslungsreichen Belägen aus unserem „Gut Schönhof“ Pavillon.	Freitag 23.09.2011	Alaska Seelachsfilet Florentin, Tomatenwürfeln, Salzkartoffeln 7720	Truthahngeschnetzeltes, dazu Spinat und Kartoffelpüree 4535 2,2 BE/L Ch 52	Schweinetöpfchen, mit Bratwurst, gefüllte. Schweinelende, Hacksteak, Kräuter Knöpfe und Soße 8223 6,70 €	Hacksteak mit Rotkohl und Salzkartoffeln 6083
Z9 „auf Anfrage“ Ovo-lakto-vegetarisches-Gericht	Samstag 24.09.2011	Paniertes Schweineschnitzel mit buntem Gemüse, Butterkartoffeln 7212	Rinderbraten in pikanter Bratensoße mit Bohnen und Kartoffelpüree 5,65 €	Schweinefleisch "Rügener Art" in Sahnsoße mit Salami, Gurken, dazu Rösti 1001	Hähnchen-Medaillons in Gemüsesoße mit Langkorn-Reis 6742
Nutzen auch Sie unseren günstigen Getränke-Lieferservice und Wäschedienst.	Sonntag 25.09.2011	Hähnchenkeule mit Soße, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln 7520	Saftiger Schweinebraten in Bratensoße mit Gemüse, bunte Nudeln 4231 4,0 BE/L Ch 84	Brokkoli-Nudelaufauf mit gekochtem Vorderschinken 8023	Leberknödel auf Sauerkraut und Salzkartoffeln 6526

Änderungen vorbehalten

BE für Diabetiker geeignet
L Leicht bekömmliche Vollkost, fettarm
Die in unseren Menüs enthaltenen Zusatzstoffe sind wie folgt gekennzeichnet:
1 mit Farbstoff
2 mit Antioxidationsmittel
3 mit Geschmacksverstärker
7 mit Nitritpökelsalz
8 mit Phosphat
9 mit Süßungsmitteln
A mit Alkohol fein abgeschmeckt

Sie wollen bestellen? Einfach Ihre Wunschmenüs auf dem Bestellschein ankreuzen, abschneiden und Ihrem Menüboten mitgeben. Kurzfristige Änderungen können Sie uns bis spätestens am Tag vor der Lieferung, Werktags, Mo.-Fr. bis 14.00 Uhr mitteilen.

Wenn Sie Fragen haben oder bestellen möchten, rufen Sie uns einfach an: Tel. 030 / 896 88 - 225 oder Fax 030 / 896 88 - 228
Unsere Bürozeiten sind Werk-tags, Mo.-Fr. von 8.00 bis 16.00 Uhr.

Quelle: Gut Essen Ihr Menüdienst, Berlin

Unsere besonderen Angebote

	Kuchenstücke	Vorsuppe	Abendbrot
Montag 29. August	Nuss-Johanniskuchen 700010 1,75 €	Ungarische Gulaschsuppe mit Rindfleisch, Kartoffel- und Speckwürfel, Paprika 1,0 BE 0461 2,35 €	Grau- und Schwarzbrot dazu Butter, gemischter Aufschnitt und Käse 120000 3,95 €
Dienstag 30. August	Mandel-Hörnchen 700015 1,20 €	Kartoffel-Cremesuppe mit Karotten, Lauch, Zwiebeln und Sahne 1,5 BE 0472 1,95 €	Grau- und Schwarzbrot dazu Butter, gemischter Aufschnitt und Käse 120000 3,95 €
Mittwoch 31. August	Marmor-Rührkuchen 700006 1,10 €	Kräftige Hühnerbouillon mit Geflügelfleisch und Fadennudeln 0,4 BE 0466 2,00 €	Grau- und Schwarzbrot dazu Butter, gemischter Aufschnitt und Käse 120000 3,95 €
Donnerstag 01. September	Schoko-Muffin 700012 0,95 €	Broccoli-Rahmsuppe cremige Suppe mit feinem Broccoli 0,7 BE 0468 1,95 €	Grau- und Schwarzbrot dazu Butter, gemischter Aufschnitt und Käse 120000 3,95 €
Freitag 02. September	Zitronen-Sahneroulade 700023 1,75 €	Leberknödelsuppe klare Brühe mit herzhaften Leberknödeln und Schnittlauch verfeinert 0,8 BE 0388 1,95 €	Grau- und Schwarzbrot dazu Butter, gemischter Aufschnitt und Käse 120000 3,95 €
Samstag 03. September	Nuss-Rührkuchen 700019 1,10 €	Nudelsuppe klare Brühe mit Fadennudeln und Schnittlauch garniert 1,0 BE 0397 1,75 €	Grau- und Schwarzbrot dazu Butter, gemischter Aufschnitt und Käse 120000 3,95 €
Sonntag 04. September	Russischer Zupfkuchen 700007 1,50 €	Steinpilzcremesuppe delikat gewürzt, mit Steinpilzen und Sahne verfeinert 0,8 BE 0469 2,10 €	Grau- und Schwarzbrot dazu Butter, gemischter Aufschnitt und Käse 120000 3,95 €

Alle Artikel dieser Seite sind nur in Verbindung mit einem Mittagessen lieferbar!

Quelle: Bremer essen auf Rädern



Speiseplan vom: 19.09.2011 bis: 23.09.2011
Tel: 0385 / 633 1652

Speisepläne als Newsletter abonnieren unter: www.catering-feelgood.de

	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
Dessert	1,00 € Mandannquark	Grießpudding mit Erdbeeren	Rote Grütze mit Vanillesauce	Schokopudding mit Vanillesauce	Vanillepudding mit Schokosauce
Salat-Teller (*)	3,35 € Pfirsich-Rucolasalat	Griechischer Salat	Herbstsalat mit Braten	Eisbergsalat "Thessa"	Bunter Salat mit Putenbrust
Kleiner Salat (*)	2,35 € Kleiner Pfirsich-Rucolasalat	Kleiner Griechischer Salat	Kleiner Herbstsalat mit Braten	Kleiner Eisbergsalat "Thessa"	Kleiner Bunter Salat mit Putenbrust
Gericht 1	3,55 Euro Putensahne-geschnetzeltes mit Champignons an Kartoffelkroketten* 495 kcal Niacin, Biotin, Vitamin B5, B2, D, Fluor, Jod *(08,09,18,24)	Kasselerlachs* mit Apfelrotkohl und Dampfkartoffeln 400 kcal Vitamin C, E, K *(01,03,06)	Marin filet mehliert, gebraten mit Gemüsemix "Flandern" und Dillsauce an Reis 480 kcal Niacin, Biotin, Fluor, Jod, Vita-min-R1? D, Eisen, K, Folsäure 0	Rinderwürfel in Rotweinsauce mit Rosenkohl an Böhmisches Knödel 616 kcal Eisen, Vitamin B6, B12, C, K, Carotin, Folsäure 0	Hähnchenbrust gebraten mit Kaisergemüse und heller Sauce an Reis 476 kcal Niacin, Vitamin B6, B2, A, C, K, Carotin 0
Gericht 2	3,50 Euro Brathering* mit Röstkartoffeln** und Tomatensalat 696 kcal Omega3, Jod, Carotin, Folsäure, Vitamin C *(04,*)*(01)	Überbackene Frühlingstagliatelle* 460 kcal Carotin, Folsäure, Vitamin C, K *(22)	Bratwurst* mit Sauerkraut und Kartoffelpüree** 686 kcal 0 *(02,03,06,08)*(01,02,12,16,17,21)	Gebratene Schweineleber mit glacierten Zwiebeln und Buttermöhren an Kartoffelpüree* 400 kcal Vitamin A, D, B1, B2, B6, B12, Niacin *(01,02,12,16,17,21)	Ein schönes Wochenende wünscht Ihnen Ihr B+F Catering-Feelgood Team
Gericht 3	2,95 Euro Steckrübensuppe mit Schweinefleisch und Weizenbrot, 1 Pflaume 626 kcal Carotin, Vitamin A, B6, C, K, Eisen, Jod, Biotin, Calcium, Folsäure, Fluor 0	Pikant, buntes Eierragout mit Dampfkartoffeln und Rotkrautsalat 486 kcal Vitamin A, C, E, K, Carotin, Biotin, Eisen, Jod, Folsäure 0	Gefüllter Riesengemknödel in heißer Vanillesauce* 616 kcal 0 *(21)	Gefüllte Kartoffeltaschen mit Broccoli und Senf-Sahnesauce* 420 kcal Jod, Carotin, Calcium, Folsäure, Vitamin B2, C, K 0	Kesseltgulasch "Ungarische Art" dazu Baguettebrot 410 kcal Carotin, Vitamin B6, C, E 0

Spaghetti Peperonata oder Spaghetti Bolognese 2,95 €
Bestellung bis 9.00 Uhr
Wurstgulasch mit Nudeln 3,50 €
Bestellung bis 9.00 Uhr
Soljanka 2,95 €
Kartoffelsalat mit Boulette 3,40 €
täglich !!!

Glutenfreies Essen auf Bestellung, Freitags für die folgende Woche!
Hausgebackener Kuchen Stück 0,80 €
Bitte am Vortag bestellen!

Seefisch gilt als beste natürliche Jodquelle und ist längst nicht so Schadstoffbelastet, wie manche glauben. Besonders jodreich sind: Seelachs, Scheifisch, Thunfisch und Kabeljau.

Täglich kalte Suppe im Angebot! 2,20 €

Täglich Salzkartoffel im Angebot!
(*) Tagespreise

Unser Lieferservice für Sie! Jeden Tag frisch.

Täglich frische Salate:

Montag:	Pfirsich-Rucolasalat gemischte Blattsalate, Rucola, Schinkenspeck, Pfirsiche, Cashewkerne	310 kcal
	Griechischer Salat Gurke, Tomate, Zwiebeln, schwarze Oliven, Fetakäse	200 kcal
Mittwoch:	Herbstsalat mit Braten Braten, Lollo Bionda, Chicorre, Radicchio, gelbe Paprika, Schnittlauch, Zitronenmelisse	175 kcal
Donnerstag:	Eisbergsalat "Thessa" Eisbergsalat, Apfelsinen, Apfel, Weintrauben	160 kcal
Freitag:	Bunter Salat mit Putenbrust Eisbergsalat, Möhren, Paprika, Tomate, Gurken, Radieschen, Weißkraut, Putenbrust	130 kcal

Erläuterung Zusatzstoffe:
01 - Konservierungsmittel
02 - Antioxidationsmittel
03 - Geschmacksverstärker
04 - Süßungsmittel
05 - Säuerungsmittel
06 - Stabilisator
07 - Säureregulator
08 - Emulgator
09 - Verdickungsmittel
12 - Farbstoff
16 - Phosphat
17 - Milchpulver
18 - Milcheiweiß
21 - unter Verwendung von Milch
22 - unter Verwendung von Sahne
24 - mit Stärke

Quelle: B+F Catering Feelgood, Schwerin

Speisekarte



„Unsere Empfehlung
für diese Woche!“



§ Tagessuppe 0,90 €
Speisekarte für die Kalenderwoche 40 vom 03.10. - 09.10.2011

	Normalkost	Diät	Leichte Vollkost	Vegetarische Kost
Montag	Schweinegulasch, Buttermudeln und Salat(1,9,11) Obst	Schweinegulasch, Buttermudeln und Salat(1,9,11) Obst	Schweinegulasch, Buttermudeln und Salat(1,9,11) Obst	
Dienstag	Hähnchenschenkel, Soße, Butterreis und Sommergemüse(11) Dessert	Hähnchenschenkel, Soße, Butterreis und Sommergemüse(11) Dessert	Hähnchenschenkel, Soße, Butterreis und Sommergemüse(11) Dessert	Veg. Schnitzel(11), Erbsen- Möhrengemüse(11) und Püree Dessert
Mittwoch	gefüllte Knödel(1,2,3,5,8) Speckrahmsauce(8) und Salat(1,9,11) Kompott	gefüllte Knödel(1,2,3,5,8) Rahmsauce und Salat(1,9,11) Kompott	gefüllte Knödel (1,2,3,5,8), Rahmsauce und Salat(1,9,11) Kompott	veg. Gefüllte Knödel, Gemüsesoße(11) und Sauerkraut Kompott
Donnerstag	gek. Rindfleisch, Meerrettichrahmsauce(3 ,5,11), rote Beete und Bratkartoffeln Obst	gek. Rindfleisch, Meerrettichrahmsauce(3 ,5,11), rote Beete und Bratkartoffeln Obst	gek. Rindfleisch, Soße, rote Beete und Schwenkkartoffeln Obst	Kartoffelgratin(11) und Karottensalat(11) Obst
Freitag	geb. Fischfilet, Remouladensoße (1,9,11) und Kartoffelsalat(1,9,11) Dessert	ged. Fischfilet, Dillrahmsauce, Chinakohlgemüse(11) und Salzkartoffeln Dessert	ged. Fischfilet, Dillrahmsauce, Chinakohlgemüse(11) und Salzkartoffeln Dessert	geb. Fischfilet, Remouladensoße(1,9,11) und Kartoffelsalat(1,9,11) Dessert
Samstag	Erbseintopf(8), Wiener Würstchen(8) und Brötchen Obst	Gemüseintopf, Wiener Würstchen(8) und Brötchen Obst	Gemüseintopf, Wiener Würstchen(8) und Brötchen Obst	
Sonntag	gef. Schweinekamm, Blumenkohlsalat(11) und Salzkartoffeln Dessert	gef. Schweinekamm, Blumenkohlsalat(11) und Salzkartoffeln Dessert	gef. Schweinekamm, Blumenkohlsalat(11) und Salzkartoffeln Dessert	

Wir verwenden jodiertes Speisesalz. Änderungen vorbehalten.

* Zutaten: 1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 3) mit Antioxidationsmittel, 4) mit Geschmacksverstärker, 5) geschwefelt, 6) gewachst, 7) geschwärtzt, 8) mit Süßungsmittel, 10) mit Phenylalaninquelle, 11) mit Milcheiweiß, 12) mit pflanzlichen Eiweiß, 13) mit Sojazeiweiß

Stand: 21.02.2011

Quelle: AWO Saarland



Volkssolidarität
KV Schwerin / NWM e.V.
Pilaer Str. 12/14
19063 Schwerin

e-mail: mahlzeitendienst-schwerin@volkssolidarität.de



*Ihr Menüservice bringt
Ihnen den Genuss ins Haus.
Guten Appetit!*



Menü-angebot	1 3,40 €	2 4,00 €	3 5,10 €	4 4,00 €	5 4,10 €	6 4,80 €
	Klein aber fein	Tagesgericht Vollkost	Gourmetmenüs	Vollkost	Leichte Vollkost / Menüs mit Informationen für Diabetiker	Herzhafte Menüs
Mo 08.08.	Sauerbraten vom Rind in süß-saurer Soße mit Rosinen, dazu Kartoffelklöße 36 mg Chol. 5,0 BE L	Herzhaftes Rindersaftgulasch mit Spätzle 3,8 BE	Geflügelleber in Apfel-Zwiebel-Soße mit Rotkohl und Salzkartoffeln 4,1 BE	Rahmgemüse mit Salzkartoffeln 19 mg Chol. 3,7 BE L	Reis-Gemüse-Eintopf mit Geflügelfleischbällchen 33 mg Chol. 3,5 BE L	Paniertes Schweineschnitzel "Jäger Art" mit Frühlingsgemüse und Petersilienkartoffeln 31 mg Chol. 3,3 BE
Di 09.08.	Makkaroni mit Tomatensoße ¹ 92 mg Chol. 4,4 BE L	"Himmel und Erde" Stampfkartoffeln mit Apfelspalten, dazu Rinderbratwurst, Rinderfrikadelle und Mettbällchen vom Schwein ⁴	Gebratene Geflügelfleischbällchen in feiner Soße mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln 61 mg Chol. 3,2 BE L	Vier Heidelbeerpfannkuchen L	Frikadelle vom Rind und Schwein in pikanter Soße mit Wirsing und Salzkartoffeln 48 mg Chol. 2,8 BE L	In Vollmilch gekochter Milchreis mit feinem Ananas-Pfirsich-Apfel-Kompott 21 mg Chol. L
Mi 10.08.	Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch 24 mg Chol. 2,3 BE	Feine Bratwurst in Soße mit Rahmspinat und Salzkartoffeln	Zartes Rindergulasch in Champignonrahmsauce dazu Gemüse "Leipziger Allertei" und Hönchennudeln 73 mg Chol. 4,2 BE L	Putengeschnetzeltes in Soße "Gärtnerin Art" mit Reis 47 mg Chol. L	Thüringer Schweinebraten in herzhafter Soße, dazu Sauerkraut und Kartoffelklöße 42 mg Chol. 3,8 BE L	Gebackener Alaska-Seelachs mit Buntschnittmöhren und Stampfkartoffeln 76 mg Chol. 3,7 BE L
Do 11.08.	Meister-Frikadelle vom Schwein in dunkler Soße mit buntem Gemüse und Salzkartoffeln 36 mg Chol. 2,8 BE	Linseneintopf "Hausfrauen Art" mit deftiger Bauernwurst ^{4,5}	Buntes Spargelgemüse-Ragout in feiner Soße, dazu Salzkartoffeln 38 mg Chol. 3,7 BE L	Kartoffelsuppe mit Bockwurst ³ 3,2 BE	Zarte Hähnchenfilets in Pilzsoße mit Gemüsenudeln 47 mg Chol. 3,4 BE L	Zartes Rindergeschnetzeltes in feiner Soße mit Gemüse-Nudeln 50 mg Chol. L
Fr 12.08.	Blaubeerpfannkuchen mit Vanillesoße ¹ L	In Vollmilch gekochter Apfelmilchreis mit Zimt und Zucker 24 mg Chol. L	Gebackene Filetstücke vom Alaska-Seelachs mit Fingermöhren und Stampfkartoffeln 50 mg Chol. 3,8 BE L	Herzhafte Kesselgulasch vom Rind, dazu Erbsen und Frühlingspüree 53 mg Chol. 2,8 BE L	Schneckenudeln in Käsesoße mit Kräuter-Käse-Garnitur 31 mg Chol. 4,3 BE L	Rührei mit Spinat und Salzkartoffeln 3,1 BE L
Sa 13.08.	Rostbratwürstchen vom Schwein in Zwiebelsoße mit Sauerkraut und Kartoffelpüree	Alaska-Seelachsfiletstücke paniert (aus Blöcken portioniert), dazu Gemüse "naturell" und Salzkartoffeln mit Kräutersoße 66 mg Chol. 3,7 BE L	Goldgelb gebackener Eierpfannkuchen mit Apfelfüllung ² 4,7 BE L	Hack-Brokkoli-Medaillon vom Rind und Schwein in herzhafter Rahmsauce mit Nudeln L	Grießbrei mit Pfäuerkompott (mit Süßungsmitteln) ² 19 mg Chol. 3,2 BE L	Fleischklößchen vom Rind und Schwein in Soße mit Champignons, dazu buntes Gemüse und Spiralnudeln 66 mg Chol. 3,3 BE
So 14.08.	Schweinegeschnetzeltes in Pilzsoße mit Rotkohl und Stampfkartoffeln 47 mg Chol. 2,5 BE L	Hähnchenfilets in herzhafter Pilzsoße mit Schwarzwurzelgemüse und Petersilienkartoffeln 36 mg Chol. 3,0 BE L	Schweinelendchen in Rahmsauce mit Rotkohl und Spätzle 97 mg Chol. 4,0 BE L	Schweinegulasch in dunkler Soße mit Gemüse "Leipziger Allertei" und Kartoffelklößen 50 mg Chol. 3,7 BE	Rinderbraten in Soße mit Rosenkohl und Kartoffelpüree 92 mg Chol. 3,3 BE L	Putenbraten aus Putenbrust-Formfleisch in feiner Sahnesauce, dazu Brokkoli und Kartoffeln 56 mg Chol. 2,4 BE L

1 = mit Farbstoff 2 = mit Süßungsmittel(n) 3 = mit Zuckerart und Süßungsmittel(n) 4 = mit Antioxidationsmittel 5 = mit Nitritpökelsalz ☞ = mit Alkohol ☞ = vegetarisch Chol = unter 100mg Cholesterin Änderungen vorbehalten

Unser Tipp
Runden Sie Ihr Mittagsmenü ab und bestellen Sie zusätzlich ein Dessert.
Lassen Sie sich täglich mit einem kulinarischen Gaumenschmaus verwöhnen!
Es sind werktags von 7.00 bis 15.30 Uhr für Sie da:
Herr Boethin

Dessert Vollkost 0,40 €
Dessert Diabetes 0,40 €

Tel: 03 85 / 326 00 36
Fax: 03 85 / 207 19 66

Wählen Sie Ihre Kostform:

L = Leichte Vollkost (leicht bekömmliche Menüs, die mild gewürzt und schonend gekocht sind)
BE = Menüs mit Informationen für Diabetiker (mit BE-Angaben und höchstens 35 g Fett)

Freuen Sie sich auf leckeren Kuchen!

Tragen Sie bitte die gewünschte Anzahl unter der entsprechenden Abbildung im Bestellschein ein!

Ein Stück Kuchen kostet nur 1,50 €

🍏 = Apfelkuchen
🍪 = Kirschkuchen
🍮 = Butterkuchen

Quelle: Volkssolidarität Schwerin