

### Einleitung:

Seit nunmehr 2009 sind wir ein verlässlicher Catering-Partner für eine Vielzahl von Schulen im Raum Freiburg.

Spezialisiert haben wir uns während dieser Zeit vor allem auf die sogenannte Familiendeckung. In Zusammenarbeit mit den jeweiligen Trägern, sowie deren Betreuern und Erziehern vor Ort, sorgt dieses Verpflegungskonzept für eine angenehme und familiäre Stimmung während des Mittagessens.

Während der vergangenen Jahre haben wir einen ausgewogenen Acht-Wochen-Rhythmus entwickelt, welcher die Kinder an +/- 180 Schultagen mit ausreichend Nährstoffen versorgt und bis zur nächsten Mahlzeit satt machen soll.

An dieser ständigen Entwicklung sind Eltern, Erzieher und selbstverständlich auch die Kinder gleichermaßen beteiligt.

Dieser Prozess (bedingt durch Mitarbeiterwechsel, Jahreszeiten, Trends, Lebensmittel-Skandale, Machbarkeit der Gerichte, Wirtschaftlichkeit, Wünsche, neue Schulkinder, etc.) entwickelt sich kontinuierlich weiter.

Momentan kümmern wir uns an folgenden Schulen um die Mittagsverpflegung:

Schule / Einrichtung	Ø Essenszahlen / Tag	Verpflegungssystem	Ausgabesystem	Partner seit:
Sport-Grundschule der FT v. 1844 e. V.	85	Cook & Hold	Familiendeckung	2010
Emil-Gött-Schule	140	Cook & Chill	Familiendeckung	2012
Loretto Schule	240	Cook & Chill	Familiendeckung	2012
Reinhold-Schneider-Schule	140	Cook & Chill	Familiendeckung	2013*
Richard-Mittermeier-Schule	40	Cook & Hold	Familiendeckung	2016
Emil Thoma Realschule	15	Cook & Hold	Tellerservice	2016
Gertrud Luckner Gewerbeschule	100	Cafeteria	Tellerservice	2016
Feyel Schule	40	Cook & Hold	Familiendeckung & Tellerservice	2017*
Schauinsland Schule	15	Cook & Hold	Familiendeckung & Tellerservice	2017*

\* Neuvorgabe in 2017, im Verbund mit FYS & SLS.

**Außerdem sind wir Catering Partner für die Profi Abteilung des SC Freiburg seit 2012.**

### Grundsätzliches in Kürze:

Der Speiseplan wird immer mindestens 14 Tage im Voraus, als ganzer Acht-Wochen-Rhythmus, per E-Mail an alle Einrichtungen verschickt und kann dort eingesehen werden.

Es gibt jeden Tag ein Drei-Gänge-Menü, bestehend aus Vorspeise, Hauptgang und Nachspeise. Salat und Rohkostgemüse bieten wir täglich im Wechsel an. Zusätzlich gibt es frisches gegartes Gemüse als Beilage im oder zum Hauptgang an durchschnittlich 20 von 30 Tagen.

Jeden Tag gibt es eine vegetarische Alternative. Es gibt regelmäßig frischen Obstsalat und in Abständen eine süße Nachspeise. Frisches Obst steht täglich zur Verfügung.

Es gibt mindestens zwei Mal pro Woche einen rein vegetarischen Tag für alle Kinder. Fast jede Woche gibt es 1x Fisch als Hauptspeise.

### Der Acht-Wochen-Rhythmus:

Der Acht-Wochen-Rhythmus deckt im Großen und Ganzen die durchschnittlichen 5 - 7 Schulwochen zwischen zwei Ferien-Blöcken ab. In diesem Sechs-Wochen-Rhythmus bewegen wir uns so ausgewogen und abwechslungsreich wie es uns in Bezug auf Saison, Kosten, Machbarkeit und Kindergeschmack möglich ist. Wiederholungen bestimmter Gerichte innerhalb des Acht-Wochen-Rhythmus sind bewusst gewollt. Die Wiederholung des gesamten Acht-Wochen-Rhythmus ist ebenfalls so geplant und ein sehr wichtiger Stützpfeiler in Bezug auf Kalkulation und Qualität. Je nach Saison, Attraktivität oder Machbarkeit tauschen wir gelegentlich einzelne Komponenten oder ganze Gerichte aus.

#### Ein mögliches Beispiel zur saisonalen Abwechslung:

Eine Suppe als Hauptgang wird immer eine Suppe bleiben.

Im Herbst eine Kürbissuppe, im Winter ein Kohlgemüse Eintopf, im Frühling eine Kräutersuppe und im Sommer eine Tomatensuppe.

### Die Vorspeise:

Alle verwendeten Salate und Gemüse kommen in der Saison aus der Region rund um den Kaiserstuhl und aus der March, der Ortenau und dem Märkgräfler Land, außerhalb der Saison auch aus den großen Gewächshäusern der BRD oder aus dem Europäischen Ausland. Vereinzelt, je nach Saison und Preis, greifen wir auch auf das außereuropäische Ausland zurück, vor allem im Winter.

Unsere Dressings für die Blattsalate sind alle selbstgemacht und frei von jeglichen Instant-Pulvern. Das weiße Hausdressing ist auf Basis einer Mayonnaise, also mit Ei (pasteurisiert und hocherhitzt), selbst hergestellt. Das grüne Kräuterdressing ist mit Essig und Öl, also ohne Ei, ebenfalls selbst hergestellt.

2x / Woche	Blattsalate
2x / Woche	Rohkostgemüse
1x / Woche	Angemachter Rohkostsalat (Mais, Gurke, Tomate, Karotte, etc.)

### Der Hauptgang:

Dienstag und Donnerstag sind in der Regel unsere vegetarischen Tage.

Das Mittagessen ist an diesen Tagen für alle Kinder komplett fleischlos. (Der sog. „Veggie-Day“)

Montag, Mittwoch und Freitag gibt es abwechselnd Geflügel, Fleisch oder Fisch in den verschiedensten Varianten. Es gibt jede Woche 1x Fisch. Auf Schweinefleisch verzichten wir komplett.

Frisches gegartes Gemüse als Beilage im oder zum Hauptgang gibt es abwechselnd an mindestens 20 von 30 Tagen, also zu zwei Dritteln. Dieses Gemüse wird täglich geliefert und von uns frisch verarbeitet. Die Schnittgröße des verarbeiteten Gemüses spielt eine wichtige Rolle. Damit das Gemüse knackig bleibt und seine Nährstoffe länger erhalten bleiben, schneiden bzw. belassen wir es in einer adäquaten Größe, so dass das Gemüse für Kinderaugen an sich auch noch gut erkennbar ist. Dies schafft zudem den Nebeneffekt, dass die Kinder dadurch die Möglichkeit haben, es leicht auszusortieren, falls sie es einmal (!) nicht mögen sollten.

Wir stellen die meisten unserer Basisprodukte ohne jeglichen Zusatz von „Pulvern und Instant-Hilfen“ von Anfang bis Ende selbst her.

Zugekaufte Lebensmittelprodukte wie z. Bsp. Pfannkuchen, Cannelloni, Kartoffelpüree, Maultaschen, Reibekuchen, Kartoffelklöße, Semmelknödel und Schupfnudeln, etc. sind ebenfalls frei von deklarationspflichtigen Zusatzstoffen. Alle anderen Lebensmittel mit deklarationspflichtigen Zusatzstoffen werden auf dem Speiseplan ausgewiesen.

### Die Nachspeise:

Wann immer es uns möglich ist (saisonal und nach Budget), beziehen wir unser Obst aus der Region (Äpfel, Birnen, Zwetschgen, Pfirsiche, Kirschen, etc.). Bananen, Ananas, Orangen, Mandarinen, Melonen, etc. können wir nur aus dem Ausland beziehen.

Beim Obstsalat verwenden wir ausschließlich frisches Obst. Einmal pro Woche servieren wir ein süßes Dessert, wie z. Bsp.: Marmorkuchen, Schokoladenpudding, Rote Grütze mit Vanillesauce, Milchreis mit Zimt und Zucker, Früchtequark und -joghurt, etc.

3 - 5x / Woche	Geschnittenes Frischobst
1x / Woche	Frischer selbstgemachter Obstsalat
1x / Woche	Süße Nachspeise

### **Fleisch, Geflügel und Fisch:**

Wir beziehen unser Fleisch, Geflügel und Fisch von der Firma Breisgau Food aus Freiburg, welche wiederum sehr eng mit der Metzgerei Färber und der Metzgerei Uhl zusammenarbeitet.

Wir haben vollstes Vertrauen, dass wir über diese Firmen mit qualitativ hochwertigem Fleisch, Geflügel und Fisch versorgt werden.

### **Bio-Lebensmittel, bzw. Bio-Produkte:**

Wir sind nicht „Bio-Zertifiziert“ und streben eine entsprechende Zertifizierung auch in naher Zukunft nicht an. Eine Bewerbung bzw. Ausweisung eventueller „Bio-Produkte“ ist daher nicht erlaubt. Unsere Obst- und Gemüselieferanten sind jedoch angehalten, uns nach Möglichkeit mit sogenannten „Bio-Produkten“ zu versorgen.

### **Vollkorn-Produkte:**

Vollkorn-Produkte, wie z. B. Vollkornnudeln, Vollkornbrot und Naturreis bieten wir durchschnittlich 1x / Woche im Acht-Wochen-Rhythmus an.

### **Lebensmittelunverträglichkeiten/Allergien:**

Alle Lebensmittel sind auf dem Speiseplan gekennzeichnet. Die Legende befindet sich im Anhang. Bei Bedarf und nach genauer Absprache sind wir gerne bereit, die von Ihnen gestellten Lebensmittel (z.B. glutenfreie Nudeln) für Ihr Kind zuzubereiten.

### **Flexibilität des Speiseplans:**

1x pro Woche findet in der Schule ein jour fixe mit unseren Mitarbeitern vor Ort statt. Bei diesem Termin wird die vergangene Woche reflektiert, die laufende Woche nach Bedarf und Machbarkeit nachjustiert, und die kommende Woche wird gründlich besprochen und geplant. Dieser Termin steht allen beteiligten Personen (Betreuer, Lehrer, Eltern) offen, um sich aktiv an der Speiseplangestaltung zu beteiligen. Für Anregungen und Wünsche sind wir gerne offen, sofern sie mit unserer Philosophie und Machbarkeit zu vereinbaren sind. Grundsätzlich sehen wir den Speiseplan als Leitfaden, welcher innerhalb bestimmter Grenzen veränderbar ist.

### **Art und Weise des Mittagessens:**

Unser Essenskonzept basiert hauptsächlich auf der sogenannten Familiendeckung.

Das heißt, dass das Essen in Schüsseln, Schalen und auf Platten auf dem Tisch serviert wird.

Die Kinder helfen sich selbst, bzw. die erwachsenen Begleitpersonen geben den Kindern die einzelnen Lebensmittel-Komponenten in Portionen auf den Teller.

Die Aufgabe der erwachsenen Begleitpersonen, welche mit am Tisch sitzen sollten (und idealerweise auch mitessen) ist es, die Kinder zum Mittagessen anzuregen, zu unterstützen und zu motivieren.

Selbstverständlich sollte während des Mittagessens auf einen angenehmen Geräuschpegel geachtet werden und das Einhalten von bestimmten Grundregeln im Auge behalten bzw. ebenso gefördert werden.

„Mit gutem Beispiel vorangehen“ ist hier die von uns gewünschte und auch geforderte Vorgehensweise. Es macht wohl einen sehr großen Unterschied aus, ob die Kinder beim Essen „allein“ gelassen werden oder ob sie den, ohne Zweifel, sehr wichtigen Teil des Tages, nämlich das Mittagessen, entsprechend Ihrer und unserer Erwartungen zu 100% begleitet und unterstützt werden. Nicht nur mit Präsenz im Raum, sondern direkt am Tisch im positiven Dialog mit den Kindern.

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist auch die zur Verfügung stehende Zeit zum Mittagessen. Für das Mittagessen sollte genügend Zeit eingeplant sein. Ein Mittagessen unter Zeitdruck schmeckt wohl keinem Kind (oder Erwachsenen) und kann somit auch nicht als angenehm und schmackhaft empfunden werden.

Wir lehnen es ab, die alleinige Verantwortung für ein gelungenes Mittagessen zu übernehmen. Das wäre in unserer Philosophie zu kurz gedacht und realitätsfremd. Zu einem erfolgreichen „Miteinander und Gelingen“ in Bezug auf das Mittagessen mit Familiendeckung, wünschen wir uns deshalb von den am Tisch sitzenden erwachsenen Begleitpersonen, auf folgende Punkte zu achten:

- Die Kinder zum Probieren der einzelnen Speisen-Komponenten ermuntern, unterstützen und motivieren.
- Auf einen angenehmen Geräuschpegel während des gesamten Mittagessens achten.
- Tischregeln bzw. Grundregeln beim Essen fordern, fördern und aufrechterhalten. Bestimmte Rituale können hier unterstützen.
- Keinen Zeitdruck entstehen lassen.

Unsere Erfahrung zeigt, dass sich eine entspannte und ruhige Atmosphäre beim Mittagessen direkt auf die von den Kindern wahrgenommene Essenqualität auswirkt.

### **Mengenkalkulation des Mittagessens:**

Serviert wird jeden Tag ein Drei-Gänge-Menü bestehend aus Vor-, Haupt- und Nachspeise.

Bei unserer Mengenkalkulation gehen wir davon aus, dass die Kinder **von allen drei Gängen** ausreichend essen, um am Ende des Mittagessens satt zu sein. Auch hier hilft uns der immer wiederkehrende Acht-Wochen Rhythmus beim Sammeln von wichtigen Erfahrungswerten in Bezug auf die verschiedenen Mengen der einzelnen Speisekomponenten.

Kinder, welche es gewohnt sind auf, die sogenannten gesunden Lebensmittel wie z. Bsp. Rohkost, Blattsalate, saisonales Obst und Gemüse (auch im Winter), etc. zurückzugreifen, werden das sehr wahrscheinlich auch in der Schule tun bzw. schaffen – zumindest wird es ihnen eher leichter fallen, als denjenigen, die es nicht gewohnt sind

### **Noch ein Wort zur Verhältnismäßigkeit:**

Ein durchschnittliches Schuljahr hat +/- 180 Tage. Bei 365 Kalendertagen pro Jahr, multipliziert mit mindestens 3 möglichen Mahlzeiten pro Tag, kommen wir auf 1095 mögliche Mahlzeiten pro Jahr. Das heißt, dass wir als Caterer bei den Schulkindern +/- 16% der Ernährung abdecken, nämlich genau 180 Mahlzeiten. Bei den restlichen 915 Mahlzeiten, bzw. 84%, bleibt somit allen Eltern genügend Platz und Raum für eine individuelle und maßgeschneiderte Ernährung ihrer Kinder.

Unsere Aufgabe ist es, die Kinder mit ausreichend Nährstoffen in größtmöglicher Vielzahl über den Mittag/Nachmittag bis zur nächsten Mahlzeit zu bringen – nicht mehr und nicht weniger. Zentrales Ziel ist es, den Großteil der Kinder mit unseren Gerichten geschmacklich zu erreichen und satt zu machen, ohne dabei den gesundheitlichen Aspekt aus den Augen zu verlieren.

### **Fazit:**

Wir bieten einen abwechslungsreichen, gesunden und schmackhaften Ernährungs-Rhythmus, welcher die Kinder mit allen wichtigen Nährstoffen versorgt, die sie für ihren täglichen Mittags-Bedarf benötigen. Dabei orientieren wir uns, per Vorgabe, an den [Richtlinien der DGE](#) und geschmacklich selbstverständlich an der Mehrheit der Kinder.

Wir servieren altbekannte „Kinderklassiker“ und zeigen hier und da auch mal die Möglichkeiten von neuen Gewürzen, Gemüsen und Gerichten auf. Wir gehen den gesunden, vernünftigen, sowie den Verhältnissen angepassten Mittelweg und bewegen uns weder in die eine noch in die andere extreme Ernährungsrichtung. Ebenso wie wir auf ungesunde Garmethoden, wie z. Bsp. Frittieren verzichten, bieten wir weder eine reine Bio-Küche, noch verstehen wir uns als komplett vegetarischen Caterer.

Wir bieten eine weitestgehend selbstgemachte, authentische und schmackhafte Kinder-Küche, bevorzugt mit regionalen und saisonalen Produkten.

**Unsere momentanen Lebensmittel-Lieferanten:**

Obst & Gemüse	<ul style="list-style-type: none"> <li>GOF, Georg Obermeier, Freiburg</li> </ul> <p>Dieser Gemüselieferant arbeitet, wann immer es saisonal möglich ist, mit Bauern aus den Anbaugebieten rund um <b>den Kaiserstuhl, die Ortenau und das Markgräfler Land</b></p>
Fleisch, Fisch, Geflügel, Trocken- & Tiefkühlprodukte	<ul style="list-style-type: none"> <li>Breisgau Food, Freiburg (Metzgerei Färber &amp; Metzgerei Uhl)</li> <li>C &amp; C Großmarkt, Edeka, Freiburg</li> </ul>

Aus verschiedenen Gründen können Abweichungen entstehen. **Veränderungen behalten wir uns jederzeit vor.**

Zertifikate und detaillierte Produkt-Beschreibungen können, wo vorhanden, auf Anfrage bei uns eingesehen werden.

Mit freundlichen Grüßen,

Alex Staude

Fon: +49 (0)761 - 15 14 666 - 11  
 Mobile: +49 (0)176 - 646 50 521

Alle Rechte vorbehalten, Nachdruck, Vervielfältigung, Übersetzung und Übernahme in andere Medien einschließlich Speicherung und Nutzung auf optischen und elektronischen Geräten nur mit schriftlicher Genehmigung der FT Hotel GmbH.

**FT Hotel GmbH**  
 Schwarzwaldstr. 181  
 D-79117 Freiburg

Fon: +49 (0) 7 61 15 14 666-0  
 Fax: +49 (0) 7 61-15 14 666-6

Mail: [info@ft-hotel.de](mailto:info@ft-hotel.de)  
 Home: [www.ft-hotel.de](http://www.ft-hotel.de)

**Betreibergesellschaft**  
 FT Hotel GmbH  
 Schwarzwaldstr. 181  
 D-79117 Freiburg

**Geschäftsführer**  
 Alex Staude  
 HRB 705901  
 Gerichtsstand Freiburg

