



Bundesanstalt für
Landwirtschaft und Ernährung



Bundesinformationszentrum
Landwirtschaft

Leittext

„Planen und Gestalten eines Wochenspeiseplans für die Schülerverpflegung“

für Auszubildende im Ausbildungsberuf
Hauswirtschafterin / Hauswirtschafter

Auszubildende/r		Ausbildungsbetrieb	
Name	Vorname	Name	Vorname
Ortsteil	Straße	Ortsteil	Straße
PLZ	Wohnort	PLZ	Wohnort
Zeitraum der Bearbeitung:			
Zusammenarbeit mit:			

Impressum

Stand: März 2021

Bestell-Nr. 4724

Herausgeberin:

Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE)

Präsident: Dr. Hanns-Christoph Eiden

Deichmanns Aue 29

53179 Bonn

Telefon: +49 (0)228 6845-0

Internet: www.ble.de, www.landwirtschaft.de, www.praxis-agrar.de,

www.leittexte.de

In Zusammenarbeit mit dem Arbeitskreis der zuständigen Stellen für die Berufsbildung im Verband der Landwirtschaftskammern e. V. entstanden

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Autorinnen:

Stefanie Gruza, Susanne Schulz, Christin Schreiber, Jennifer Bersuck,
Ulrike Göhlich, Juliane Himberg, Yvonne Gloede und Anh Thi Lan Ngo

alle Schülerinnen der Klasse SGB 71 – Staatlich geprüfte hauswirtschaftliche
Betriebsleiterinnen – an der Fachschule für Agrarwirtschaft „Johann Heinrich von
Thünen“ in Güstrow

Redaktion:

Dr. Gesine Sofke

Fachschule für Agrarwirtschaft "Johann Heinrich von Thünen"

Bockhorst 1

18273 Güstrow

Ansprechperson im Bundesinformationszentrum Landwirtschaft (BZL) in der BLE:

Hildegard Gräf

E-Mail: hildegard.graef@ble.de

Damit eine laufende Aktualisierung des Leittextes vorgenommen werden kann, wird darum gebeten, Anregungen und Verbesserungsvorschläge aus der Ausbildungspraxis an das BZL weiterzugeben.

Worum geht's?

Die Zahl der Schülerinnen und Schüler, die zu Hause kein Mittagessen erhalten, wird immer größer. Darum ist es erforderlich, sie über die Schulverpflegung kostengünstig zu versorgen. Als Hauswirtschafterin oder Hauswirtschafter im 3. Ausbildungsjahr sind Sie jetzt in der Lage, einen abwechslungsreichen Wochenspeiseplan zu erstellen. Sei es für Schülerinnen und Schüler der Grundschule oder der weiterführenden Schulen (Mittelstufe, Oberstufe).

Die Planung der Speisen ist das eine – die Umsetzung nach fachlichem Wissen und hauswirtschaftlichen Aspekten ist das andere. So gilt es, die Ausgestaltung des Speiseplans den technischen Voraussetzungen in der Schulküche oder im Betrieb anzupassen. Außerdem sind das Alter der Kinder und Jugendlichen, mögliche krankheitsbedingte Kostformen sowie die ernährungsphysiologischen Richtlinien der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) und die Wünsche sowie Bedürfnisse der zu versorgenden Personen zu berücksichtigen.

Der Leittext hilft Ihnen zu erkennen, welche grundsätzlichen Überlegungen im Vorfeld der Erstellung eines Speiseplans notwendig sind und wie wichtig es ist, genaue Absprachen mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern zu treffen, damit eine optimale Speiseplangestaltung gelingt.

Was kann ich hier lernen?

- Vorüberlegungen zur Speiseplangestaltung treffen
- Möglichkeiten der Mahlzeitenwahl aufzeigen unter Beachtung der Regeln der DGE
- Beachtung der Preise und Nährwerte
- Einhaltung der Vorgaben zur Lebensmittelhygiene
- Verwendung saisonaler und regionaler Produkte
- Speiseplan erstellen
- Herstellen eines Menüs aus dem Plan
- Fertige Arbeit kontrollieren und bewerten

Der Leittext wird empfohlen für Auszubildende ab dem 3. Ausbildungsjahr.

Was könnte mir bei der Durchführung helfen?

- Anweisungen des Ausbilders/der Ausbilderin
- Hilfsmittel aus dem Betrieb
- **Nährwert- bzw. Lebensmitteltabellen:**
 - Elmadfa, I., Aign, W., Muskat, E., Fritzsche, D.: „Die große GU Nährwert-Kalorien-Tabelle 2018/2019“, Gräfe und Unzer, München 2017, 1. Auflage
 - Heseke, B., Heseke, H.: „Nährstoffe in Lebensmitteln. Die große Energie- und Nährwerttabelle“, Umschau Zeitschriftenverlag, Sulzbach 2013, 4. Auflage
 - Nestle Deutschland AG (Hrsg.): „Kalorien Mundgerecht“, Neuer Umschau-Buchverlag, Neustadt/Weinstr. 2019, 16. Auflage

- Souci, S. W., Fachmann, W., Kraut, H.: „Lebensmitteltabelle für die Praxis. Der kleine Souci/Fachmann/Kraut.“, Wissenschaftliche Verlagsgesell., Stuttgart 2011, 5. Auflage
- **Literatur:**
 - Höll-Stüber, Eva: „Hauswirtschaft nach Lernfeldern: Ernähren und Verpflegen“, Verlag Handwerk und Technik, Hamburg 2019, 8. Auflage
 - Polenz, A.: „Kochen und Backen – gewusst wie“, Verlag Handwerk und Technik, Hamburg 2018, 4. Auflage
 - Schlieper, Cornelia A.: „Lernfeld Hauswirtschaft“, Verlag Handwerk und Technik, Hamburg 2018, 10. Auflage
 - Schlieper, Cornelia A.: „Ernährung heute“, Verlag Handwerk und Technik, Hamburg 2017, 16. Auflage
 - Schwetje, D., u.a.: „Lernfelder Hauswirtschaft: Prüfungsvorbereitung: Schülerband“, Bildungsverlag EINS, Troisdorf 2017, 2. Auflage
- **Internet-Adressen:**
 - www.was-wir-essen.de
 - www.bzfe.de
 - www.schuleplusessen.de
 - www.dge.de
 - www.essen-trinken.de

Zum Thema passende BLE-Medien (Beispiele)

- BZfE-Heft „Die Ernährungspyramide – Richtig essen lehren und lernen“, DIN A5, Druckexemplar € 1,50, **Download kostenlos**, Bestell-Nr. 3899
- BZfE-Kompaktinfo: „Zusatzstoffe – Memokarte für Kinder und Kleinkinder“, DIN A6, **Druckexemplar und Download kostenlos**, Bestell-Nr. 3992
- BZfE-Broschüre „Achten Sie aufs Etikett! - Kennzeichnung von Lebensmitteln“, DIN A5, Druckexemplar € 4,00, **Download kostenlos**, Bestell-Nr. 1140

Bezugsadresse für BLE-Medien:

BLE-Medienservice, Telefon +49 (0)38204 66544, Fax +49 (0)30 1810 6845 520

bestellung@ble-medienservice.de, www.ble-medienservice.de (Versandkostenpauschale: 3,00 Euro)

Was muss ich jetzt noch wissen, bevor ich anfangen?

In Leittexten sind **Informationsbeschaffung, Planung, praktische Durchführung und Kontrolle** so miteinander verknüpft, dass Sie ihn absolut selbstständig bearbeiten können.

Sie sollten während der Bearbeitung in regelmäßigem Austausch mit Ihrem Ausbilder oder Ihrer Ausbilderin stehen und sich auch von ihm/ihr beraten lassen. Dadurch vergessen Sie nichts, vermeiden Fehler und schließen fachliche Lücken.

Kein Leittext ist wie der andere – auch nicht, wenn Sie den gleichen wie andere Auszubildende bearbeiten. Ein Leittext ist „**betriebsbezogen**“. **Deshalb haben Sie auch die Möglichkeit**, einzelne Fragen abzuwandeln, wegzulassen oder zu ergänzen. Ganz so wie es in Ihrem Betrieb notwendig ist.

Abschließend sollten Sie das Ergebnis gemeinsam mit Ihrem Ausbilder/Ihrer Ausbilderin **schriftlich auswerten**. Dafür sind die letzten Aufgaben in diesem Leittext vorgesehen.

Doch zuallererst:

Damit Sie wissen, welche Aufgaben auf Sie zukommen, lesen Sie den Leittext einmal ganz durch!

LEITFRAGEN

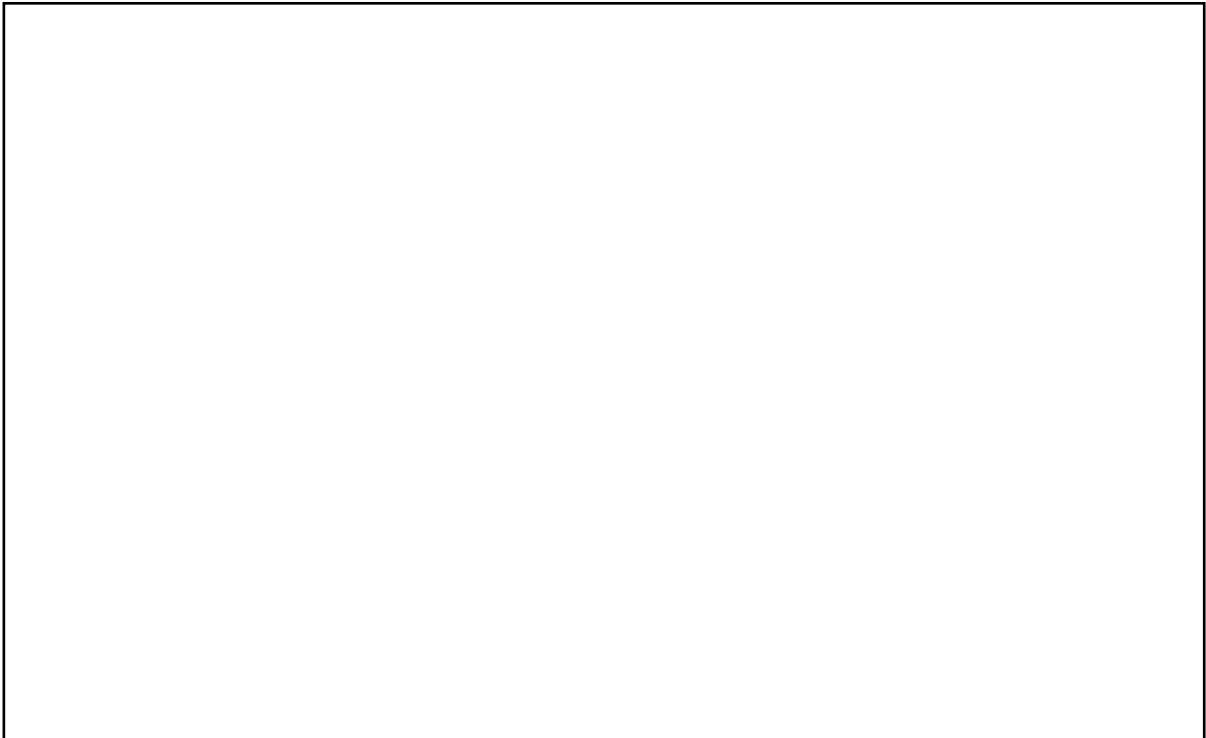
Es soll ein Speiseplan für _____ (wer sind Ihre Gäste?) erarbeitet werden.

1. Stellen Sie die zu versorgende Personengruppe vor und dokumentieren Sie, welche Informationen für die Speiseplangestaltung zu beachten sind (z. B. Kostform, Tagesbedarf).

2. Erkunden und beurteilen Sie das derzeitige Speisenangebot in der Schulkantine!

3. Die Ernährungspyramide und der Ernährungskreis geben Hilfestellung für die Umsetzung einer gesunden Ernährung. Zeichnen Sie die Pyramide oder den Kreis und erläutern Sie daran die zehn Regeln der DGE.

Zeichnung:



Erläuterung:

4. Die Hygiene ist von großer Bedeutung in der Gemeinschaftsverpflegung. Nennen Sie Hygieneregeln, die in der Gemeinschaftsverpflegung zu beachten sind!

5. Nennen Sie Grundsätze für den Einkauf und die Lagerung der zu verwendenden Lebensmittel (z. B. Saisonalität, Regionalität, konventionell/ökologisch bzw. Lagertemperatur, -dauer, -bedingungen)!

6. Um ein Menü zu erstellen, müssen Sie sich zunächst Gedanken über die Rezeptausswahl machen. Legen Sie eine Rezeptsammlung für die Speisen an, die angeboten werden sollen, und fügen Sie diese dem Leittext bei. Bevor Sie sich festlegen, besprechen Sie die Menüs mit Ihrer Ausbilderin/Ihrem Ausbilder.
7. Tragen Sie die Menüvorschläge in den Wochenspeiseplan ein! Die Anzahl der Menüs legt Ihre Ausbilderin/Ihr Ausbilder fest.
(Hinweis: Falls mehr als zwei Menüs angeboten werden sollen, ersetzen Sie diesen Vordruck durch einen eigenen und fügen ihn dem Leittext bei.)

Wochenspeiseplan von Montag, den _____, bis Freitag, den _____.

Wochentag	Menü 1	Energie- gehalt (s. Frage 8)	Menü 2	Energie- gehalt (s. Frage 8)
Montag				
Dienstag				
Mittwoch				
Donnerstag				
Freitag				

Unsere Speisen werden mit _____ Speisesalz (jodiert/fluoriert) zubereitet.

10. Wählen Sie ein Menü mit Dessert aus Ihrem Speiseplan aus, ermitteln Sie die Preise der Zutaten und berechnen Sie die Kosten des Menüs!

Menü: _____

Lebensmittel in g	Preise je Stk bzw. kg	Kosten für benötigte Menge

12. Besprechen Sie Ihre Planung mit der Ausbilderin/dem Ausbilder. Haben Sie hinterher Änderungen vorgenommen? Wenn ja, welche?

13. Bereiten Sie das Menü zu!

Abschließende Bewertung

14. Kontrollieren und beurteilen Sie Ihre Arbeit und das Ergebnis anhand folgender Kriterien:

	Was war gut?	Was war nicht so gut?
1. Einhaltung Regeln der DGE		
2. Beurteilung des Preises		
3. Energiegehalt		
4. Allergene		
5. praktische Umsetzung		

15. Erörtern Sie Ihre Bewertung mit Ihrer Ausbilderin/Ihrem Ausbilder und schreiben Sie wesentliche Ergebnisse aus dem Gespräch hier auf.

16. Zusatzaufgabe: Stellen Sie die bei der Bearbeitung dieses Leittextes gewonnenen Erkenntnisse anderen Auszubildenden vor (z. B. im Rahmen des Berufsschulunterrichts)!

Ich bestätige, dass ich diesen Leittext selbstständig bearbeitet und mich regelmäßig mit meinem Ausbilder/meiner Ausbilderin ausgetauscht habe.

Datum

Unterschrift der/des Auszubildenden

Datum

Unterschrift der Ausbilderin/des Ausbilders