

GEMEINSAM G'SUND GENIESSEN – UNSER SCHULBUFFET

Mindestkriterien¹ für ein gesundheitsförderliches Angebot



bezüglich **Anzahl** der Angebote bzw. Waren
(Was liegt tatsächlich als Angebot in der Vitrine, oder steht auf der Vitrine, ...)



Positionierung

Was sieht man als Erstes, wenn man als Schüler*in zum Buffet/zum Verkaufsstand kommt, ...)



Bitte **NICHT**

Was soll jedenfalls **NICHT** sein

Getränke	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Wasser ist der ideale Durstlöcher und IMMER im Angebot → Mindestens 1 (Mineral)Wasser muss im Angebot sein ✓ Mindestens 80 % des Angebots enthält: <ul style="list-style-type: none"> • Pro 100 ml: Maximal 6,0 g Zucker² Übergangsfrist¹ sowie • Ohne Zusatz von Süßungsmittel (Süßstoffe, Zuckeraustauschstoffe) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ gut sichtbar in zentraler Lage ✓ Mindestens 80 % der Verkaufsfläche besteht aus den hier angeführten Produkten ✓ Getränke die diesen Kriterien nicht entsprechen, dürfen nicht im direkten Sichtfeld platziert werden 	<ul style="list-style-type: none"> × Alkohol, alkoholfreies Bier oder Biermischgetränke × Energydrinks, Getränke mit Koffein/ Teein für unter 10jährige × Getränke mit Azofarbstoffen
Gemüse	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mindestens 1 frischer Gemüsesnack (saisonale Gemüsesticks, Salat, Smoothie, Karotten, Minigurken, ...) ✓ Mindestens 80 % der belegten Brote/Weckerl sind mit ausreichender Menge an Gemüse gefüllt/belegt ✓ Mindestens 3 frische unterschiedliche Gemüsesorten (in den Wintermonaten zumindest 2 frische Gemüsesorten) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ gut sichtbar in zentraler Lage 	<ul style="list-style-type: none"> × schlecht sichtbares Gemüse-Angebot × nur Sauergemüse × Ausschließlich nicht regionales Angebot – Saison nicht spürbar
Obst	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Frisches Obst ist IMMER im Angebot → Mindestens 10 Stück (bzw. Portionen) pro Pause ✓ Mindestens 3 Sorten frisches Obst (Obstsackerl, guter Smoothie, Obstsalat, Obststanzel,...) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ gut sichtbar in zentraler Lage 	<ul style="list-style-type: none"> × schlecht sichtbares Obst × Ausschließlich nicht regionales Angebot – Saison nicht spürbar
Milch und Milchprodukte bzw. Produkte auf Pflanzlicher Basis	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mindestens 1 Angebot an idealem Milchprodukt (Naturjoghurt, Buttermilch, ... mit oder ohne frisches Obst und/oder ungesüßten Getreideflocken) ✓ Mindestens 50 % des Angebots sind ideale Milchprodukte oder Produkte mit moderatem Zucker- und Fettgehalt <ul style="list-style-type: none"> • Kriterien pro 100 ml/g: max. 10,5 g Zucker³ Übergangsfrist¹, kein Zusatz von Süßungsmittel, max. 4,2 g Fett g + max. 30 g Zucker pro Gebinde • Kriterien für Produkte auf pflanzlicher Basis (wenn angeboten) pro 100 ml/g: idealerweise ausschließlich mit natürlich vorkommendem Zucker bzw. max. 8,5 g Zucker, kein Zusatz von Süßungsmittel, max. 2,5 g Fett 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ gut sichtbar in zentraler Lage 	<ul style="list-style-type: none"> × ausschließlich fett- und zuckerreiche Milchprodukte (Milchdesserts, ...)
Backwaren (Brot und Gebäck)	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mindestens 1 Sorte Vollkorn oder Roggen ✓ Mindestens 50 % des Angebotes mit hohem Schrot- bzw. Kornanteil (vorzugsweise Vollkornprodukte, zum Beispiel Grahamweckerl) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ gut sichtbar in zentraler Lage ✓ Weißgebäck/-brot (Semmeln, Laugenstangerl,) untergeordnet positionieren (seitlich am Rand/weiter hinten) 	<ul style="list-style-type: none"> × übermäßig viele Weißmehlprodukte, die darüber hinaus besser positioniert sind als die Angebote mit hohem Schrot- und Kornanteil
Belag von Backwaren	<ul style="list-style-type: none"> vegetarisch, ✓ Mindestens 1 veganes Angebot (Kichererbsen-Curry-Aufstrich, veganer Liptauer mit Tofu, scharfer Linsenaufstrich, Radieschenbrot,...) vegan ✓ Mindestens 50 % des Angebotes ist vegetarisch oder vegan (Käseweckerl, Antipasti-Weckerl, Bagel mit Zucchiniatsiki, ...) Wurst/ ✓ Maximal 50 % des Angebotes aus Wurst-, Fleisch- oder Fischerzeugnissen mit max. 20 % Fettgehalt Fleisch/ (Schinken-Kornspitz mit Paprika, Weckerl mit Kümmelkarre und Radieschen, Mega Mix mit Putenschinken und Gemüse, ...) Fisch ✓ Maximal 1 Angebot mit einem Fettgehalt von mehr als 20 % und dieses darf auch nicht übermäßig angeboten werden → maximal 10 % des Gesamtangebotes ist mit fettreichen Fleisch- / Wurstzeugnissen belegt/befüllt 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ gut sichtbar in zentraler Lage ✓ untergeordnet positionieren 	<ul style="list-style-type: none"> × zu wenig attraktive vegetarische Angebote × fett- und zuckerreiche Angebote (Marmelade, Honig, Nuss-Nougat,...) × Weckerl, die mit (fetter) Wurst befüllt werden, sind besser positioniert als vegetarische Angebote. × Zu viele Weckerl, die mit einer fettreichen Wurst belegt werden
Würzmittel (allgemeine Mindestkriterien)	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Wenn man bei der Zubereitung salzt: Dann jodiertes Speisesalz verwenden und sparsam salzen ✓ fettreiche Saucen (Mayonnaise, Sour Cream, ...) werden nicht verwendet (stattdessen: Dips und Garnituren auf Basis von Joghurt und Sauerrahm, ... Gemüsesaucen wie Ajvar zum Dippen oder Senf als Garnitur) 		<ul style="list-style-type: none"> × unjodiertes Meersalz oder Kräutersalz × Ausschließlich Verwendung von fertigen Würzsaucen
WENN folgende Produktgruppen angeboten werden, gilt weiters:			
(Warme) Imbisse und Speisen	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mindestens 1 veganes Angebot (Gemüsecurry, Spice Kebab, Cremige Kürbissuppe ...) ✓ Mindestens 50 % des Angebotes vegetarisch oder vegan ✓ Mindestens 1 Angebot muss frisch und nicht (vor-)frittiert zubereitet sein (Szegeidiner Kornspitz, Pizzamuffin, Ofenkartoffeln, Nudelbox, ...) ✓ Mindestens 50 % des Angebots enthält Gemüse oder wird damit aufgewertet (zusätzliche Tomatenscheiben auf die Fertigpizza, ...) ✓ Rapsöl als Standardöl für die warme Küche 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ gut sichtbar in zentraler Lage ✓ Speisen die diesen Kriterien nicht entsprechen / sehr fettreich sind, dürfen → nicht im direkten Sichtfeld der Schüler*innen platzieren 	<ul style="list-style-type: none"> × nicht attraktive bzw. zu wenige vegetarische Optionen × Mayonnaise, Sour Cream als Dip × Leberkäsemmel schon vor der Mittagszeit, ...
Feine Backwaren	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Maximal 10 Stück Mehlspeisen sichtbar (max. 20 Stück sind bei Schulen mit über 400 SchülerInnen und kleiner Lagermöglichkeit erlaubt) ✓ Mindestens 50 % des Angebots sind fett-/zuckerärmere Mehlspeisen (Marillen-Buttermilchkuchen, Kuchen mit 1/3 Vollkornanteil, Strudelteig, etc.) ✓ Maximal 50 % des Angebotes sind fett-/zuckerreiche Mehlspeisen (Donuts, Schokocroissant, Plunderteilchen, ...) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ untergeordnet positionieren 	<ul style="list-style-type: none"> × zu viele Mehlspeisen sichtbar oder dominant präsentiert × zu viele fett- und/oder zuckerreiche Mehlspeisen
Süßigkeiten	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Maximal 10 Sorten (bevorzugt ungesüßte Müsliriegel, Trockenfrüchte, etc.) ✓ Maximal 30 g Verpackungen (bei konventionellen Süßigkeiten und Fruchtschnitten/-riegel) ✓ Maximal 50 g Verpackungen (bei alternativen Süßigkeiten, z. B. Studentenfutter, Frucht-/Müsliriegel) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ untergeordnet positionieren 	<ul style="list-style-type: none"> × zu viele/zu große Süßigkeiten am Buffet × Süßigkeiten sind besser positioniert (sichtbarer) als z. B. Obst und Milchprodukte
Pikante Knabbereien	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Maximal 1 Sorte fett-/salzreiche Knabberei (Fettgehalt größer als 10 g / 100 g und/oder Salzgehalt größer als 1,9 g / 100 g)⁴ AusnahmeN 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ untergeordnet positionieren 	<ul style="list-style-type: none"> × zu viele fettreiche/salzreiche Knabbereien (Chips, gesalzene Erdnüsse, ...)

¹ Basis: aktualisierte Leitlinie Schulbuffet, herausgegeben vom Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz, 2024

² Bis 31.12.2024: max. **6,7 g** Zucker pro 100 ml / 01.01.2025 bis 31.12.2026: max. **6,3 g** Zucker pro 100 ml / Ab 01.01.2027: max. **6,0 g** Zucker pro 100 ml

³ Bis 31.12.2024: max. **11,5 g** Zucker/100 ml bzw. 100 g / 01.01.2025 bis 31.12.2026: max. **11,0 g** Zucker/100 ml bzw. 100 g / Ab 01.01.2027 max. **10,5 g** Zucker/100 ml bzw. 100 g

⁴ Ausnahmen: Knabbergebäck, welches beispielsweise mit Sesam, Leinsamen, Kürbiskernen bestreut ist, gilt erst ab einem Fettgehalt über 15 g / 100 g als fettreich; für ungesalzene, ungeröstete Nüsse, Kerne und Samen gilt dieser Fettgrenzwert nicht, da sie einen hohen Anteil an wertvollen ungesättigten Fettsäuren enthalten. Sie dürfen immer angeboten werden.

Unterstützungshilfen bzw. Rezepte und Werkzeuge zur Umsetzung der Leitlinie Schulbuffet und Erfolgsstorys von erfolgreichen steirischen Schulbuffets finden Sie auf der Website unter:

✓ <https://gesundheitsfonds-steiermark.at/gesunde-ernaehrung/beratungsangebote/beratungsprogramm-fuer-schulbuffets/>

oder auf

✓ www.gemeinsam-geniessen.at