

APPETIT AUF VERÄNDERUNG?



GEMEINSAM G'SUND GENIESSEN präsentiert die

Steirischen Mindeststandards in der Gemeinschaftsverpflegung

Bringen wir
Ihre Verpflegung
gemeinsam auf das
nächste Level!



GESUNDHEITSFONDS
STEIERMARK

Die steirischen Mindeststandards stehen für

SCHMECKT GUT!

TUT GUT!

GENUSS

GESUNDHEIT



GUTES
ESSEN & TRINKEN

NACHHALTIGKEIT

WIRTSCHAFTLICHKEIT

IST GUT!

PASST GUT!

Was steckt dahinter?

Beim Essen gilt vor allem eines: Schmecken muss es. Außerdem soll es leistbar, gesund und nachhaltig sein. Wie bringen wir das alles unter einen Deckel? Wie können steirische Einrichtungen das Essensangebot im Gemeindekindergarten, in der Ganztageschule oder im Zuge von „Essen auf Rädern“ weiterentwickeln?

Mit den steirischen Mindeststandards!

Sie sind das Werkzeug für die tägliche Arbeit rund um die Gemeinschaftsküche von GEMEINSAM G'SUND GENIESSEN, einer Initiative des Gesundheitsfonds Steiermark.

Wichtig ist die Schaffung von gesundheitsförderlichen, nachhaltigen und attraktiven Angeboten, die von den Esserinnen und Essern auch wirklich angenommen werden. Die gesündere Wahl soll zur einfachen/einfacheren Wahl werden!

Arbeiten wir gemeinsam daran!

Wir unterstützen Sie dabei.

Ihr Team der Fach- und Koordinationsstelle Ernährung
des Gesundheitsfonds Steiermark



Was sind die steirischen Mindeststandards?

Die Mindeststandards zeigen, wie ein gutes und attraktives Verpflegungsangebot beschaffen sein sollte. Sie beschreiben in verschiedenen Bereichen Anforderungen, die nicht unterschritten werden sollten.

Die steirischen Mindeststandards werden von der Fach- und Koordinationsstelle Ernährung des Gesundheitsfonds Steiermark im Rahmen der Initiative GEMEINSAM G'SUND GENIESSEN herausgegeben. Sie sind unabhängig, qualitätsgesichert, praxisorientiert und kostenfrei. Sie werden regelmäßig unter Berücksichtigung steirischer Gegebenheiten aktualisiert und inkludieren etwaige Bundesstandards. Sie sind freiwillig und einfach in ihrer Anwendung.

Es gibt Anforderungen in den Bereichen

➤ Rahmenbedingungen

(Einkauf, Speisesaalgestaltung, Nudging, ...)

➤ Mahlzeiten

(Frühstück, Jause, Mittagessen, Abendessen)

➤ Zielgruppen

(Kinder, Schulkinder, Jugendliche, Erwachsene, ältere Menschen) und

➤ besondere Formen der Gemeinschaftsverpflegung

(Buffet, Getränkeautomaten, ...)



Welchen Nutzen haben Sie von den steirischen Mindeststandards?



Umfassende und verlässliche Informationen:

Sie erhalten umfangreiche, qualitätsgesicherte Informationen, die Sie jederzeit und unabhängig nutzen können.



Aktualität und Relevanz:

Die Standards unterstützen Sie dabei, stets auf dem aktuellen Stand zu bleiben, was die Verpflegung betrifft, und die geltenden Ernährungsempfehlungen zu berücksichtigen.



Individuelles Optimierungspotenzial:

Durch die Arbeit mit den Mindeststandards können Sie individuelle Verbesserungspotenziale Ihrer Einrichtung erkennen.



Argumentationshilfe und Vertragsgrundlage:

Die Standards dienen als unabhängige Argumentationshilfe und können als Grundlage für Verträge und Ausschreibungen verwendet werden.



Gesund UND wirtschaftlich

Eine gesunde und nachhaltige Gemeinschaftsverpflegung muss nicht teurer sein. Im Gegenteil, sie kann wirtschaftlich funktionieren. Wie?

- Mit rollierenden Speiseplänen lassen sich regionale und saisonale Produkte kostengünstig einkaufen.
- Mehr attraktive vegetarische Gerichte senken den Wareneinsatz.
- Angepasste Portionsgrößen und Rezepturen reduzieren Überproduktion und damit Lebensmittelabfälle.

Die steirischen Mindeststandards liefern praxisnahe Empfehlungen.



Hier gehts zum Erklärvideo

Erfolgsgeschichten – Stimmen aus den Förderprojekten

» Jausen-Automaten in der Stoelzle Betriebskantine

Es soll keine Verbote geben, jeder und jede kann selbst entscheiden, ob er bzw. sie die gesünderen Angebote annimmt. Deshalb gibt es auch nach wie vor klassische Wurstsemmeln, allerdings in der Bückzone des Automaten und die gesundheitsförderlicheren Produkte sind auf Augenhöhe. „Das wird sehr gut angenommen“, freut sich Personalleiterin Eva Kogelfranz. Der Umsatz ist mittlerweile sogar höher als davor.

» Mittagsverpflegung in der Volksschule Großklein

Andrea Mair, Direktorin der Volksschule: „Wir haben geschaut, wo stehen wir jetzt und wo wollen wir hin. Das haben wir in mehreren Runden in unterschiedlichen Konstellationen diskutiert, auch die Kinder konnten sich einbringen.“

Entwickelt wurde u.a. ein **gemeinsamer Speiseplan**, mit dem die beiden Gasthäuser ihr Angebot aufeinander abstimmen. Bislang gab es keinen Speiseplan. Auch bei der Bezahlung gibt es eine Verbesserung. Bislang hatten die Kinder täglich in bar bezahlt. Nun wird eine App-Lösung umgesetzt, über die die Bezahlung bargeldlos und sicher möglich ist.

» Verpflegung in den Caritas Pflegeheimen

Peter Loder-Taucher, selbst gelernter Koch und Hausleiter in Fernitz, über die Zusammenarbeit mit Diätologin Doris Hiller-Baumgartner: „Uns ist ganz wichtig, dass wir den Bewohnerinnen und Bewohnern nicht ‚nur Körndl‘ und ‚übergesunde Sachen‘ servieren“, bringt er ein häufiges Vorurteil über „gesunde Ernährung“ auf den Punkt. Und auch das **Kostenthema relativiert sich**, bestätigt Loder-Taucher. „Das Teuerste ist vorwiegend das Fleisch. Wenn ich den Fleischanteil reduziere, kann ich viel bessere Qualität kaufen. Und gerade regionale Produkte und auch zertifizierte Bioprodukte kriegt man zu guten Konditionen, wenn man sich näher damit beschäftigt.“



istock / monkeybusinessimages



Die Abbilderei



STOELZLE OBERGLAS
BETRIEBSKANTINE



photosworkets

MITTAGSVERPFLEGUNG
GROSSKLEIN



kenutagel/Syria/istock



CARITAS
PFLEGEWOHNHEIME

ERFOLGS- GESCHICHTEN

Über 270 Einrichtungen haben schon mit den steirischen Mindeststandards gearbeitet. Hier gelangen Sie direkt zu Erfolgsgeschichten:



(Kleine) Impulse für Ihre Qualitätsentwicklung

Der Weg zu den steirischen Mindeststandards ist kein Sprint, sondern eine Reise. Sie bestimmen das Tempo und die Schwerpunkte bzw. Handlungsfelder und Themen.

Drei goldene Regeln vorab:

- ✓ **Genuss an erster Stelle:** Es muss schmecken, damit es wirkt!
- ✓ **Durstlöscher Nr. 1:** Trinkwasser ist und bleibt die beste Wahl.
- ✓ **Kleine Schritte – große Wirkung:** Unterschätzen Sie nie die Kraft kleiner Veränderungen – wie etwas mehr Vollkornmehl im selbstgemachten Teig oder eine kleine Feedback-Box / einer offiziellen Kochsprechstunde.

Mögliche Themen im Handlungsfeld **RAUM & ATMOSPHÄRE**

Speisesaal / Speiseraum

Umgestaltung mit dem Ziel einen schönen, hellen und gemütlichen Speisesaal zu haben, der an die zu versorgende Personengruppe angepasst ist.

Gestaltung der Essenszeit

Essenszeiträume, die in den Ablauf der Einrichtung integriert sind und ein genussvolles Essen ermöglichen.

Eine bewusste Präsentation / Essensausgabe

Vieles kann getan werden, wenn gesundes Essen nicht gut angenommen wird. Besonders wichtig ist, dass das Essen auch kompetent und freundlich ausgegeben wird. Schöneres Geschirr und auch bessere Positionierung sind ebenfalls Ideen.



Im Zuge unserer geförderten Beratung bzw. durch die Auseinandersetzung mit den steirischen Mindeststandards erhalten Sie (kleine) Impulse und Informationen dazu, wie sich die Verpflegungssituation Schritt für Schritt optimieren lässt.

Mögliche Themen im Handlungsfeld **DIALOG & WERTSCHÄTZUNG**

Partizipation ermöglichen

Berücksichtigen Sie Essenswünsche bestmöglich und kommunizieren Sie auf Augenhöhe.

Engagement zeigen

Zeigen Sie das Engagement Ihrer Einrichtung bzw. Küche! Tue Gutes und sprich darüber. Ein erster Weg: Ein Verpflegungsleitbild erstellen und verpflegungsverantwortliche Personen definieren und unterstützen.

Regelmäßige wertschätzende Kommunikation etablieren

Benennen Sie verpflegungsverantwortliche Personen und unterstützen Sie diese. Machen Sie jährliche Abstimmungsgespräche.

Mögliche Themen im Handlungsfeld **SPEISEPLAN & QUALITÄT**

Gute Planung, aber auch Innovationsgeist

Zielgruppengerechte, rollierende Speisepläne, optimierte Rezepturen (inkl. Portionsgrößen) bzw. neue Rezepturen und Gerichte sorgen für möglichst geringe Lebensmittelabfälle. Das spart Kosten, schont die Umwelt und erhöht die Zufriedenheit.

Pflanzliche Fitmacher gut integriert

Ob bei der Planung oder beim Einkauf: Insbesondere saisonales und regionales Gemüse und Obst und andere pflanzliche Fitmacher sorgen für einen spannenden Speiseplan. Grundsätzlich: Regionale und saisonale (Bio-)Lebensmittel haben immer Vorrang. Insbesondere bei Fleisch und Fisch gilt Qualität vor Menge.

Speiseplan mit Aussagekraft

Gerichte sollen genussvoll und dabei auch möglichst klar benannt werden. Deklarieren Sie z. B. die Tierart und verwendeten Alkohol.

An wen richten sich die steirischen Mindeststandards in der Gemeinschaftsverpflegung?

Für die erfolgreiche Umsetzung müssen je nach zu verpflegender Zielgruppe verschiedenste Personen an einem Strang (in dieselbe Richtung) ziehen. So sind z. B. Anforderungen für den Speisesaal beschrieben, ein Zulieferbetrieb (der „nur“ das Essen anliefert) kann für diese Anforderungen keine Verantwortung tragen. Anders sieht es natürlich aus, wenn eine Kantine an eine externe Firma verpachtet wird.

Wir wenden uns an:

- **Alle Heldinnen und Helden am Herd und in der Ausgabe**
Köchinnen und Köche, Pädagoginnen und Pädagogen, Pflege- und Betreuungspersonen, Kinderbetreuerinnen und Kinderbetreuer, Freizeitbetreuerinnen und Freizeitbetreuer in der Schule, ...
- **An alle Verantwortlichen für die Organisation einer guten Gemeinschaftsverpflegung**
Inhaberinnen und Inhaber von Cateringdiensten (Gasthäusern) oder Betriebsstätten, Leiterinnen und Leiter von Schulen, Pflegeheimen, Kindergärten, ...
- **Alle Mitdenkerinnen und Mitdenker**
Diätologinnen und Diätologen, Ernährungswissenschaftlerinnen und Ernährungswissenschaftler, Verantwortliche in der betrieblichen Gesundheitsförderung, Küchenplanerinnen und Küchenplaner,
- **Und an alle, die wir vielleicht hier nicht erwähnt haben, die aber mit dem Thema Gemeinschaftsverpflegung zu tun haben.**

Die Empfehlungen gelten grundsätzlich für alle Arten von Gemeinschaftsverpflegungseinrichtungen als Basis, d. h. sie können angewendet werden für



Für Personen, die aus medizinischen Gründen besondere Ernährungsrichtlinien beachten müssen, sind die Empfehlungen von Fachpersonen entsprechend anzupassen. Weiters enthalten die steirischen Mindeststandards keine Anforderungen für die Ernährung von unter Einjährigen. Die Mindeststandards werden nicht extern zertifiziert oder

ausgezeichnet. Sie sind als Selbstmanagement-Tool angelegt, d. h. mit den zur Verfügung gestellten Unterlagen kann vollkommen selbstständig gearbeitet werden. Zertifizierungsmöglichkeiten gibt es z. B. von Styria vitalis im Rahmen der Aktionen „Grüner Teller“ und „Grüne Küche“.

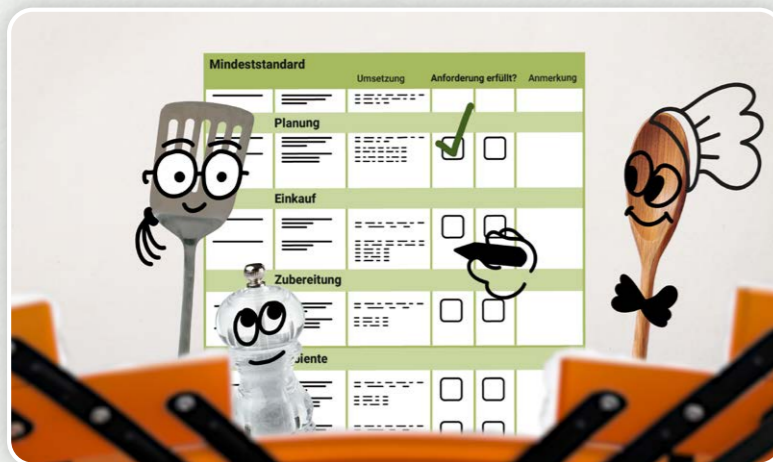
Wie setzen Sie sich am besten mit den steirischen Mindeststandards auseinander?

MÖGLICHKEIT 1

Mit dem **SELBST-CHECK**

Füllen Sie die Checklisten selbstständig aus und erkennen Sie dadurch schon Ihren IST-Stand und Optimierungspotentiale.

Sollten Sie dabei jedoch auf viele Herausforderungen stoßen oder das Gefühl haben, dass Sie von außen Unterstützung brauchen, kann eine externe Fachperson hilfreich sein. Sie kann einen objektiven Blick auf Ihre Verpflegung werfen und Sie in schwierigen Situationen neutral beraten.



Erklärvideo zur Arbeit mit den steirischen Mindeststandards:



MÖGLICHKEIT 2

Mit **EXTERNER EXPERTISE** zu besserer Qualität

1. Analyse:

Externe Fachpersonen analysieren gemeinsam mit Ihnen den aktuellen Stand der Verpflegung. Dies geschieht durch einen Speiseplan-Check, Beobachtungen, Befragungen oder die Besprechung von Checklisten zu den steirischen Mindeststandards. Optional kann ein Leitbild oder ein Konzept für die Verpflegung entwickelt werden.

2. Optimierung:

In dieser Phase werden gemeinsame Ziele und Maßnahmen festgelegt. Die Profis aus der Gemeinschaftsverpflegung unterstützen Sie dabei mit Rezeptideen, Tipps zur Umstrukturierung oder Schulungen.

3. Nachbereitung:

Es wird überprüft, welche Ziele erreicht wurden. Dazu wird der Speiseplan erneut geprüft und die Checklisten werden besprochen. Möglicherweise wird auch das Leitbild und/oder das Konzept fertiggestellt.

4. Abschluss:

Der Erfolg wird gefeiert. Das Projekt muss aber nicht sofort alle Mindeststandards erfüllen. Es kann ein neues Projekt gestartet werden.

TIPP: Im Implementierungshandbuch wird das Phasenmodell genau erklärt. Kostenloser Download:



Nutzen Sie unseren Werkzeugkoffer für die Gemeinschaftsverpflegung!



Auszug unserer unserer Informationsangebote
(viele weitere auf www.gemeinsam-geniessen.at):



Förderungsmöglichkeit

Einrichtungen mit Gemeinschaftsverpflegung haben die Chance auf Fördermittel für gesünderes Essen.



Checklisten zu den steirischen Mindeststandards in der Gemeinschaftsverpflegung

Die Checklisten decken die gesamten Mindestanforderungen ab – vom Einkauf über die Gestaltung des Speisesaals bis hin zur Speisenausgabe. Sie sollten mindestens 1 x im Jahr ausgefüllt werden.



Ideensammlung und Erfolgsgeschichten

Wir zeigen, was in Kindergärten, Schulen, Betrieben und Pflegeheimen möglich ist, stellen gute Einrichtungen vor und liefern Ideen. Denn eine gute Akzeptanz der Verpflegung erfordert mehr als nur einen guten Speiseplan.



Rezeptsammlung

Diese umfangreiche Rezeptsammlung ist speziell für Großküchen gedacht. Sie bietet gute, praxiserprobte und gesundheitsförderliche Rezepte. Es gibt Rezepte für Kindergärten, Schulen, Kantinen und Pflegeheimen.



Steirische Speiseplanideen und HIT-Listen aus der Praxis

Hier finden Sie Musterspeisepläne für eine gesundheitsförderliche Gemeinschaftsverpflegung für ALLE Kundengruppen! Besonderes Augenmerk haben wir dabei auf gute, funktionierende vegetarische Gerichte gelegt!





Weitere Unterstützungshilfen & Erklärvideos
finden Sie auf

www.gemeinsam-geniessen.at

IMPRESSUM

Herausgeber und Medieninhaber

Gesundheitsfonds Steiermark, Herrengasse 28, 8010 Graz

Stand: 4. Auflage (Jänner 2026)

Verantwortlich für den Inhalt:

Gesundheitsfonds Steiermark, Fach- und Koordinationsstelle Ernährung,

Mag. Martina Karla Steiner, 0316/877 5521

www.gemeinsam-geniessen.at

Diese Broschüre wurde im Rahmen der Initiative GEMEINSAM G'SUND GENIESSEN erstellt.