



GEMEINSAM G'SUND GENIESSEN

Küchengespräch: Kenne deine Zielgruppe – Fokus Kinder/Jugendliche

Nachlese zur Veranstaltung vom 22.09.2025, Online, 14:30-16:00

Referentin: Anna Urdl, Sozialpädagogin und Köchin

Moderation: Mag.^a Martina Karla Steiner, Ernährungswissenschaftlerin, Gesundheitsfonds Steiermark

Nachlese erstellt von Mag.^a Martina Karla Steiner

GEMEINSAM G'SUND GENIESSEN ist eine Initiative der Fach- und Koordinationsstelle Ernährung des Gesundheitsfonds Steiermark



Nachlese

GEMEINSAM G'SUND GENIESSEN

Küchengespräch

Hintergrund:

Die von GEMEINSAM G'SUND GENIESSEN herausgegebenen steirischen [Mindeststandards in der Gemeinschaftsverpflegung](#) sehen auch Anforderungen für die Einbindung der essenden Personengruppen vor bzw. die Abstimmung auf den Bedarf und das Bedürfnis.

Die Küchengespräche sollen die Umsetzung der Mindeststandards erleichtern.

Wer steckt hinter GEMEINSAM G´SUND GENIESSEN und warum gibt es die Küchengespräche?

- ✦ GEMEINSAM G´SUND GENIESSEN ist eine Initiative der Fach- und Koordinationsstelle Ernährung, angesiedelt beim Gesundheitsfonds Steiermark
- ✦ Die Initiative wendet sich seit 2011 an Gemeinschaftsverpflegungseinrichtungen und gibt die [steirischen Mindeststandards in der Gemeinschaftsverpflegung](#) heraus.
- ✦ Für die Gemeinschaftsverpflegung gibt es zahlreiche Unterstützungsmöglichkeiten, wie z. B. Förderungen, Musterspeisepläne und jetzt **NEU die Küchengespräche**.
- ✦ Die Aktivitäten gehen aber auch über die Gemeinschaftsverpflegung hinaus. Weitere Unterstützungsmaßnahmen für ein besseres Ernährungsverhalten werden angeboten. Beispielsweise kostenlose Ernährungsberatungen und Gemüse-Kochpartys.



Zentral für die Initiative ist die Website mit umfangreichen kostenlosen Informationen

- www.gemeinsam-geniessen.at bzw.
- www.gesundheitsfonds-steiermark.at/gesunde-ernaehrung/

Nachlese GEMEINSAM G´SUND GENIESSEN Küchengespräch 22.09.2025



Nachlese Küchengespräch: Kenne deine Zielgruppe - Kernbotschaften



1. **Stimme dein Angebot IMMER auf den Bedarf ab bzw. hole regelmäßig Feedback ein**
 - ✦ Anna meint, dass es nicht nur am Anfang eines Verpflegungsauftrags wichtig ist darüber zu reden was nötig ist, um sich in die Herzen der Kinder zu kochen, sondern auch immer wieder zwischendurch. Hole deshalb immer wieder bewusst Feedback von den Kindern ein.
 - ✦ Wichtig für Anna: „Sei als Köchin/Koch auch nicht beleidigt, wenn dein gutes Essen einmal nicht ankommt, sondern arbeite an Lösungen.“
2. **Bestimmt Botschafterinnen und Botschafter auf beiden Seiten (wenn Essen zugeliefert wird)**
 - ✦ Es soll auf beiden Seiten immer eine Ansprechperson geben, die sich auf Augenhöhe begegnen und Bewusstsein schaffen.
3. **Konzentriere dich auf eine Zielgruppe bzw. passe dein Angebot an die Zielgruppe an**
 - ✦ Ein einziger Speiseplan kann NICHT für alle Altersgruppen funktionieren. Für viele mag es zwar effizient sein, nur einen Speiseplan auszuspeisen. Auf Dauer ist das aber keine Lösung und führt nur zu Problemen.

Weitere Info aus dem Küchengespräch bzw. aus der Diskussion →

Nachlese Küchengespräch: Kenne deine Zielgruppe

Anna Urdl

- † ist Köchin und Sozialpädagogin. Bis Ende 2024 schwang sie regelmäßig den Kochlöffel in einer von Jugend am Werk betriebenen Cook-&-Chill-Großküche. Jetzt hilft sie nur noch gelegentlich aus und ist ansonsten in einer koordinierenden Funktion tätig.
- † Gute Speisepläne bzw. **Versorgungskonzepte**, die wirklich an die Zielgruppe angepasst sind, liegen ihr am Herzen. Für sie **sind überzeugende Speisepläne sowie die gute Zusammenarbeit mit allen beteiligten Personen** der Schlüssel zum Erfolg.
- † Anna ist der Meinung, dass nicht eine einzelne Speise gesund oder ungesund sein kann, sondern der gesamte Speiseplan. Es ist vieles möglich. So kann man sich auch einmal im Semester Burger oder Pizza gönnen oder Palatschinken mit Schokocreme statt mit Fruchtaufstrich essen. Aber am Ende des Tages meint sie: „**Es soll einem komisch vorkommen, wenn kein Gemüse auf dem Teller ist.**“



5

Nachlese GEMEINSAM G' SUND GENIESSEN Küchengespräch 22.09.2025

Nachlese Küchengespräch: Kenne deine Zielgruppe – Kinder und Jugendliche

Laut Anna und den Mit-Diskutanten beim Küchengespräch.
WAS essen Kinder und Jugendliche **gerne**?

- † (Vegetarische) Lasagne
- † Nudeln – aber am besten Sauce getrennt von Nudeln
- † Spinatknödel mit Tomatenragout
- † Kartoffelpuffer
- † Gemüselaiichen
- † Getreidelaiichen
- † Überbackene WRAPS
- † Erbsen-Schinkensauce
- † Chili con Carne
- † Faschierte Laiichen – auch mit Selleriepüree oder mit Kartoffelpüree

Laut Anna und den Mit-Diskutanten beim Küchengespräch.
WAS ist bei ihnen in der Küche **nicht so gut** angekommen?

- † Polentaschnitten
- † Buchweizen
- † Rollgerste
- † Sojachunks

... Hitgerichte – „Wäh-Gerichte?“

Es ist nix in Stein gemeißelt
... wichtig aber: REDEN und anpassen...
... auch bei den Portionsgrößen und bei der Ausgabe-Situation
;-)

→

6

Nachlese GEMEINSAM G' SUND GENIESSEN Küchengespräch 22.09.2025

Nachlese Küchengespräch: Kenne deine Zielgruppe – Kinder und Jugendliche

Was sind gute Portionsgrößen?

- Das kommt auf das Gericht an – wird etwas wirklich gerne gegessen, kann die Portionsgröße auch größer sein...
ANPASSUNG

Aber grundsätzlich – als Orientierungswert:

- Kindergarten:** ½ Portion der Erwachsenen
Bei Lieblingsgerichten kann das schon mal mehr sein...
- Volksschule:** ¾ der Portion der Erwachsenen
Bei Lieblingsgerichten kann das schon mal mehr sein...
- Hauptschule:** Erwachsenenportionen



Aus der Diskussion

Was ist noch wichtig bei der Verpflegung von Kindern und Jugendlichen?

- Der Verpflegungsbetrieb braucht auch durch den Kindergarten Unterstützung:
 - Das **Personal im Kindergarten** kann den zuliefernden Betrieb großartig unterstützen, indem über Lebensmittel informiert wird und es braucht **ZEIT** für eine schöne Ausgabe der Speisen → Stichwort Ess-Atmosphäre.
- Hygienethemen sind wichtig, können aber auch ein Hindernis sein (Stichwort: mitgeliefertes Öl und Essig!).
- Schweinefleischfrei ist ein Thema, das auch schon eingefordert wird – gut funktionieren z. B. Putenfrankfurter.
- Zum Thema Kommunikation:
 - Zum Thema Kommunikation: Kann es nicht auch mal eine „Nacht der Gemeinschaftsverpflegung“ geben? Kinder und Eltern besuchen den Verpflegungsbetrieb?

7

Nachlese GEMEINSAM G' SUND GENIESSEN Küchengespräch 22.09.2025

Interesse an
weiteren Küchengesprächen?

8

Nachlese GEMEINSAM G' SUND GENIESSEN Küchengespräch 22.09.2025

Küchengespräche, Teil des Werkzeug-Koffers von GEMEINSAM G'SUND GENIESSEN



Hier finden Sie Werkzeuge zur Optimierung Ihrer Verpflegung bzw. zur Umsetzung der steirischen Mindeststandards.

- ↓ für die Heiden am Herd (Musterspeisepläne, Rezepte, Einkauf, ...)
- ↓ für die Helden der Ausgabe (Budget, Anwesenheit, Lebensmittelliste, ...)
- ↓ für die Berater*innen und MEHR (Speiseplanchecks, Budget, Recht, Broschüren, ...)
- ↓ Beratungsmöglichkeiten (Förderung Mittagstisch, Schulbuffetprogrammen)

NEU! Speisepläne für das Ablesen im Pflegeschichtplan Förderungsantrag offen – haben Sie sich eine Förderung und optimiert Sie Ihre Verpflegung

Infos zu den Küchengesprächen, Förderungen und mehr finden Sie hier:

<https://gesundheitsfonds-steiermark.at/gesund-ernaehrung/steirische-mindeststandards/werkzeugkoffer/>



Nachlese zum Küchengespräch Kostenplanung:	Nachlese zum Küchengespräch Bio:	Nachlese zum Küchengespräch Frischküche:
Wie schaffe ich es, eine Win-Win-Situation herzustellen? Referent: Küchenmeister Andreas Purin, B.A. MSc., Ronge & Partner	Wie funktioniert eine Bio-Schulküche? Referentin: Michaela Schneebacher, MA, Bunte Speiserei	Wie schaffe ich es eine Frischküche zu etablieren? Wie kann ein Dienstrad aussehen? Referent: Daniel Köberl, Privatkrankenhaus



Für Auskünfte und Rückfragen melden Sie sich gerne!



Gesundheitsfonds Steiermark
Fach- und Koordinationsstelle Ernährung
GEMEINSAM G'SUND GENIESSEN
Mag.^a Martina Karla Steiner
Ernährungswissenschaftlerin
0316/877 5521
0676/8666 5521

E-Mail: martina.steiner@gfstmk.at
Website: www.gemeinsam-genieessen.at
Website: www.gmiasig.at
Website: www.gesundheitsfonds-steiermark.at/gesund-ernaehrung/

