

Checkliste „Essen auf Rädern“

Die Checkliste zum „Qualitätsstandard für Essen auf Rädern“ der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) dient Ihnen als Instrument zur eigenständigen Überprüfung des derzeitigen Verpflegungsangebots in Ihrer Einrichtung. In der Spalte „erfüllt“ bzw. „nicht erfüllt“ tragen Sie ein, inwieweit die Kriterien des Qualitätsstandards bereits umgesetzt sind. Die mit der Checkliste vorgenommene Selbsteinschätzung garantiert zwar nicht das Bestehen des Audits, ist aber eine Hilfestellung auf dem Weg dorthin. Auf einen Blick erkennen Sie, welche Schritte noch erforderlich sind, um eine optimale Verpflegung anzubieten. Nähere Informationen zur **Fit im Alter-Zertifizierung** oder zur **Fit im Alter-PREMIUM-Zertifizierung** finden Sie auf der Rückseite der Checkliste.

Alle Angaben beziehen sich auf 7 Verpflegungstage und mindestens eine Menülinie.

■ Fit im Alter-Zertifizierung

Qualitätsbereich Lebensmittel: Mittagsverpflegung	erfüllt	nicht erfüllt
Getreide, Getreideprodukte und Kartoffeln		
7 x Getreide, Getreideprodukte oder Kartoffeln		
davon:		
mind. 1 x Vollkornprodukte		
max. 1 x Kartoffelerzeugnisse		
Reis: Parboiled Reis oder Naturreis		
Gemüse und Salat		
7 x Gemüse (frisch oder tiefgekühlt), Hülsenfrüchte oder Salat		
davon: mind. 3 x Rohkost oder Salat		
Obst		
3 x Obst		
davon: mind. 2 x frisch oder tiefgekühlt ohne Zuckerzusatz		
Milch und Milchprodukte		
Mind. 3 x Milch oder Milchprodukte basierend auf folgenden Qualitäten:		
Milch: 1,5 % Fett		
Naturjoghurt: 1,5 % bis 1,8 % Fett		
Käse: max. Vollfettstufe (≤ 50 % Fett i. Tr.)		
Speisequark: max. 20 % Fett i. Tr.		
Fleisch, Wurst, Fisch, Ei		
Max. 3 x Fleisch/Wurst		
davon: mind. 2 x mageres Muskelfleisch		
Mind. 1 x Seefisch (aus nicht überfischten Beständen)		
davon: mind. 1 x fettreicher Seefisch innerhalb von zwei Wochen		

	erfüllt	nicht erfüllt
Fette und Öle		
Rapsöl ist Standardöl		
Qualitätsbereich Speisenplanung & -herstellung		
Speisenplanung		
Menüzyklus beträgt mind. 4 Wochen		
Ein ovo-lacto-vegetarisches Gericht ist täglich im Angebot		
Saisonales Angebot wird bevorzugt		
Kulturspezifische und regionale Essgewohnheiten sowie religiöse Aspekte sind berücksichtigt		
Getreide, Getreideprodukte und Kartoffeln werden abwechslungsreich angeboten		
Bei Lebensmittelunverträglichkeiten, wie Allergien, wird eine entsprechende Speisenauswahl ermöglicht		
Wünsche und Anregungen der Kunden sind berücksichtigt		
Speisenherstellung		
Auf fettarme Zubereitung wird geachtet		
Max. 3 x frittierte und/oder panierte Produkte		
Für die Zubereitung von Gemüse und Kartoffeln werden nährstoffschonende Garmethoden angewendet		
Frische oder tiefgekühlte Kräuter werden bevorzugt		
Jodsalz wird verwendet, sparsam salzen		
Zucker wird sparsam verwendet		
Kurze Warmhaltezeiten werden eingehalten, Warmhaltezeiten für alle Komponenten max. 3 Stunden		
Lager-, Transport- und Ausgabetemperatur von kalten Speisen beträgt max. 7 °C		
Warmhalte-, Transport- und Ausgabetemperatur von warmen Speisen beträgt mind. 65 °C		
Gestaltung des Speisenplans		
Aktueller Speisenplan ist vorab allen regelmäßig zugänglich, auch Personen mit Handicap		
Beim Angebot mehrerer Menülinien sind diese übersichtlich dargestellt		
Nicht übliche und nicht eindeutige Bezeichnungen sind erklärt		
Bei Fleisch und Wurstwaren ist die Tierart benannt		
Verwendung von Alkohol ist deklariert		
Speisenplan ist gut lesbar, d. h. groß geschrieben und übersichtlich (inkl. Preise)		
Qualitätsbereich Lebenswelt		
Kundenservice		
Kundenservice ist freundlich und auskunftsbereit		
Kundenservice informiert über das Speisenangebot bzw. das vollwertige Verpflegungsangebot		
Kundenservice informiert über den Liefervertrag, den Service und die Bestellung		
Kundenservice leistet auf Wunsch Hilfe bei der Bestellung		

	erfüllt	nicht erfüllt
Kundenservice bietet ein Erstgespräch per Telefon oder vor Ort an		
Kunden werden zu ihren Wünschen und Anregungen befragt		
Speisenauslieferung*		
Warmhaltezeit von max. 3 Stunden ist vom Ende des Garprozesses bis zur Abgabe an den Kunden/die Kundin nicht überschritten		
Temperatur warmer Speisen liegt bei Abgabe an den Kunden bei mind. 65 °C		
Temperatur kalter Speisen liegt bei Abgabe an den Kunden bei max. 7 °C		
Temperatur tiefgekühlter Speisen liegt bei Abgabe an den Kunden bei mind. -18 °C (kurzfristige Schwankungen um 3 °C auf max. -15 °C sind zulässig)		
Lieferung der Speise/n erfolgt zur vereinbarten Zeit mit einer Abweichung von max. 30 Minuten		
Bei Verspätung erfolgt eine Mitteilung		
Auf Wunsch wird beim Öffnen der Verpackung Hilfestellung gegeben		
Reklamationen und Anregungen werden freundlich entgegengenommen und weitergeleitet		

Das Einhalten der für die Gemeinschaftsverpflegung geltenden rechtlichen Bestimmungen ist Voraussetzung für eine Zertifizierung,

* Die Umsetzung dieser Kriterien kann von unterschiedlichen Anbietern umgesetzt werden, je nachdem, ob der Service und die Auslieferung allein beim Hersteller oder zusätzlich bei anderen Dienstleistern liegt.

■ Fit im Alter-**PREMIUM-Zertifizierung**

(zusätzlich zu den oben genannten Kriterien)

Qualitätsbereich Nährstoffe		
Mittagsverpflegung erfüllt nach max. 20 bzw. 21** Verpflegungstagen im Durchschnitt die D-A-CH-Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr		
Zubereitungsanweisungen liegen am Arbeitsplatz vor		
Nährstoffberechnete Rezepte werden umgesetzt		
Portionsgrößen der nährstoffberechneten Speisen sind ersichtlich		
Nährstoffoptimierte Gerichte sind auf dem Speisenplan optisch hervorgehoben		
Kundenservice informiert über eine nährwertoptimierte Menülinie		

Das Einhalten der für die Gemeinschaftsverpflegung geltenden rechtlichen Bestimmungen ist Voraussetzung für eine Zertifizierung,

**Die Anzahl der Verpflegungstage ist abhängig davon, ob „Essen auf Rädern“ an 5 oder 7 Tagen pro Woche angeboten wird.



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Zertifizierung für Anbieter von „Essen auf Rädern“



Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) bietet Anbietern von „Essen auf Rädern“ zwei Möglichkeiten, das Angebot einer vollwertigen Verpflegung auszeichnen zu lassen – durch die **Fit im Alter-Zertifizierung** und die **Fit im Alter-PREMIUM-Zertifizierung**. Die Basis für diese Zertifizierung bildet der von der DGE herausgegebene „Qualitätsstandard für Essen auf Rädern“.

Fit im Alter-Zertifizierung

Anbieter von „Essen auf Rädern“, die die Kriterien der drei Qualitätsbereiche Lebensmittel, Speisenplanung & -herstellung und Lebenswelt erfüllen, sind berechtigt, die Bezeichnung Fit im Alter-Zertifizierung zu führen. Die Qualitätsbereiche sind folgendermaßen definiert:

- **Lebensmittel:** Mittagsverpflegung (optimale Lebensmittelauswahl und Anforderungen an den Speisenplan)
- **Speisenplanung & -herstellung:** Kriterien zur Planung und Herstellung der Speisen für die Mittagsverpflegung, Gestaltung des Speisenplans bzw. Bestellscheins
- **Lebenswelt:** Rahmenbedingungen für „Essen auf Rädern“ (Kundenservice, Speisenauslieferung)

Sind die Kriterien dieser Qualitätsbereiche erfüllt, wird dem Anbieter von „Essen auf Rädern“ nach erfolgreichem Audit ein Logo-Schild verliehen, das die Fit im Alter-Zertifizierung dokumentiert.

Zusätzlich besteht die Möglichkeit, die Umsetzung einer Nährstoffoptimierung des Verpflegungsangebotes auditieren zu lassen und dies als Fit im Alter-PREMIUM-Zertifizierung auszuloben.

Fit im Alter-PREMIUM-Zertifizierung

Der zentrale Bestandteil der Fit im Alter-PREMIUM-Zertifizierung ist der Qualitätsbereich Nährstoffe. In diesem erfolgt eine Nährstoffoptimierung des Speisenplans für die Mittagsverpflegung auf Basis der berechneten Rezepte. Bei einer Mittagsverpflegung von Anbietern von „Essen auf Rädern“ müssen nährstoffoptimierte Speisenpläne für 4 Wochen vorliegen. Nach bestandenem Audit wird dem Anbieter von „Essen auf Rädern“ ein Logo-Schild verliehen, das die Fit im Alter-PREMIUM-Zertifizierung ausweist.

Durch regelmäßige Re-Audits wird die zertifizierte Qualität langfristig gesichert.

Weitere Informationen zur Zertifizierung können Sie unter www.fitimalter-dge.de abrufen.

Haben Sie Fragen oder Anregungen? Sprechen Sie uns an!

Fit im Alter – Gesund essen, besser leben.

Telefon: 0228 3776-873
Telefax: 0228 3776-78-873
E-Mail: info@fitimalter-dge.de
www.fitimalter-dge.de
www.fitimalter.de

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.
Referat Gemeinschaftsverpflegung und Qualitätssicherung
Fit im Alter – Gesund essen, besser leben.
Godesberger Allee 18
53175 Bonn
www.dge.de

Über IN FORM: IN FORM ist Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung. Sie wurde 2008 vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) und vom Bundesministerium für Gesundheit (BMG) initiiert und ist seitdem bundesweit mit Projektpartnern in allen Lebensbereichen aktiv. Ziel ist, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Menschen dauerhaft zu verbessern.

Weitere Informationen unter www.in-form.de