

## Ganztagsbetreuung

Mariahof an der RS und WRS Löffingen  
N. Welz  
Weiherweg 6  
78183 Hüfingen



0771 / 6007-30  
welz@jugendhilfe-mariahof.de

---

28.2.2011

### Liebe Eltern,

immer wieder gibt es viele Fragen rund um die Mensa. Nachdem wir Ihnen die „Ziele und Regeln“ unserer Sozialpädagogischen Mensa dargelegt haben, möchten wir nun noch zum Thema „Speiseplan/ Essenausgabe“ Stellung beziehen.

Uns erreichten folgende Fragen:

1. Bekommen die Kinder keinen Nachschlag?
2. Sind die Portionen zu klein?
3. Werden Kinder die erst in der „2. Schicht“ essen, beim Nachschlag bevorzugt?
4. Gibt es von beliebten Gerichten (z. B. Pizza) zu wenig?
5. Nach welchen Kriterien wird der Speiseplan gestaltet?

zu 1.: Im Gegensatz zu Hochschul-Mensen oder Kantinen bekommen die Kinder Nachschlag, ohne für eine zweite Portion zu zahlen!

Dieses ist so auch richtig, denn die Kinder haben immer die Möglichkeit sich erst nur wenig geben zu lassen, um zu probieren. Hier besteht seitens des Ausgabe-Personals eine hohe Flexibilität. Unser Ziel ist es, dass niemand hungrig aus der Mensa geht! Also besteht die Möglichkeit auch noch Nachschlag zu bekommen, wenn man schon eine komplette Portion hatte. Selbstverständlich kann es sein, dass der Nachschlag keine zweite komplette, große Portion mehr ist. Im Hinblick auf die Gesundheit der uns anvertrauten Kinder legen wir Wert auf eine ausgewogene Ernährung in der dem Alter angemessenen Menge, zumal die Zahl der übergewichtigen Kinder und Jugendlichen in Deutschland immer mehr zunimmt.

zu 2.: Die Portionsgröße für Schulkinder (es wird zwischen Grundschulern und Schülern der weiterführenden Schulen unterschieden) ist ganz klar vorgegeben! An diese Vorgaben halten wir uns nicht nur, sondern in einigen Bereichen bieten wir Ihren Kindern sogar mehr an!

So hat eine Portion Fleisch z. B. 65 g für die älteren Schüler (Klasse 5-10). Bei uns hat eine Fleischportion 100-140 g. (weitere Beispiele finden Sie im Anhang)

Die Portionsgrößen werden sowohl nach Gewicht als auch nach Energie-, Ballaststoff- und Nährstoffmenge (gültig für eine Mittagsmahlzeit) berechnet.

Sicher reicht zum Beispiel das Schnitzel allein nicht zum Sattwerden, wenn die sonstigen Beilagen nur spärlich probiert werden.

Selbstverständlich hat Ihr Kind Hunger, wenn es abends nach Hause kommt! Es wäre auch nicht gesund, wenn die Kinder zu Mittag so viel essen würden, dass sie abends nichts mehr brauchen.

zu 3.: Nein! Die Kinder, die als zweites zum Essen kommen werden nicht bevorzugt!

Es gibt bei dem angelieferten Essen zwei geschlossene „Kreisläufe“, das bedeutet, dass es

eine festgelegte Menge für die erste Schülerschaft und ebenso eine festgelegte Menge für die zweite Schülerschaft gibt. Somit muss bei beiden Durchläufen mit einer bestimmten Menge essen ausgekommen werden und es gibt kein „Verschieben“ von Essen der ersten Gruppe zur zweiten Gruppe. Also wird auch kein Essen für die später kommenden Kinder von der ersten Gruppe zurückbehalten.

zu 4.: Auch bei ganz beliebten Gerichten (z. B. Pizza, Pommes und Schnitzel...) halten wir uns an die vorgegeben Portionsgrößen.

Natürlich ist der Appetit bei solchen Gerichten größer und jeder isst gern mehr, auch wenn er eigentlich schon satt ist... ☺

zu 5.: Es gibt klare Vorgaben, wie oft es in der Woche

- Fleisch
  - Süßspeisen als Hauptgericht
  - Fisch
  - Obst
  - Gemüse
  - Eigerichte
- geben soll.

Entsprechend wird der Speiseplan gestaltet.

Selbstverständlich besteht ein enger Austausch mit dem Altenheim, das uns mit dem Essen beliefert, um so die Qualität unserer Mensa zu steigern bzw. zu erhalten.

Ich hoffe, dass ich Ihnen einige Fragen hiermit beantworten konnten. Sollten Sie noch weitere Fragen haben stehe ich Ihnen gern unter oben genannter Telefonnummer zur Verfügung.

**Mit freundlichen Grüßen,**

**gez. N. Welz**  
**(Leiterin Ganztagsbetreuung)**

---

**Anhang:**

**Beispiel der Essenmengen pro Portion** (nur ein paar Beispiele)

<b>Gericht</b>	<b>Offizielle Richtlinie</b>	<b>Bei uns</b>
Nudeln	250 g	300 g
Bolognese	100 g	200 g
Salat	40 g	40g
Reis als Beilage	250 g	250 g
Gemüse	180 g	180 g
Fleisch	65 g	100-140 g
Kartoffeln	180 g	180 g
Nudeln	180 g	210 g
Garschinken	65 g	160 g
Leberwurst / Blutwurst	65 g	140 g