

## DGE-Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung



in Mecklenburg-Vorpommern



## Newsletter 03/2021

## DGE-Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung in Mecklenburg-Vorpommern

### Hinweis:

Wenn Sie den Newsletter zukünftig nicht erhalten möchten, senden Sie uns bitte eine E-Mail mit dem Stichwort "Newsletter abbestellen".

Die Ausgaben des Newsletters finden Sie auch auf der Internetseite.

Die dieser Veröffentlichung zugrundeliegenden Projekte werden mit Mitteln des Ministeriums für Landwirtschaft und Umwelt Mecklenburg-Vorpommern und des Ministeriums für Soziales, Integration und Gleichstellung Mecklenburg-Vorpommern gefördert.

### Inhalt

# Veranstaltungsvorschau | Rückblick | Infos | Zum Nachlesen | Impressum

Sehr geehrte Damen und Herren,

die DGE-Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung in MV meldet sich mit einem neuen Newsletter bei Ihnen um einen kleinen Rückblick auf durchgeführte Veranstaltungen, eine Auswahl an wichtigen Infos und eine Vorschau auf die bevorstehenden Veranstaltungen zu geben.

Nach einer gelungenen Aktionswoche zum Thema Lebensmittelwertschätzung, dem Tag der Schulverpflegung und dem Auftritt auf der Mela, werden mit diesem Newsletter neue Veranstaltungen angeboten, insbesondere der 12. Aktionstag zur Kita- und Schulverpflegung.

Auch die Vorbereitungen für das neue Jahr laufen an und so können sich Interessierte für Themen der Kita- und Schulverpflegung gern bei der Vernetzungsstelle melden. Wir werden auch im folgenden Jahr wieder Online-Veranstaltungen, Inhouse-Schulungen, Beratungen und hoffentlich vermehrt Präsenz-Veranstaltungen anbieten. Wir freuen uns auf Ihre Themenwünsche- und vorschläge!

Wir wünschen Ihnen einen schönen und angenehmen Herbst, bleiben Sie gesund und nun: Viel Spaß beim Lesen des Newsletters!

Mit freundlichen Grüßen Ihre DGE Vernetzungsstellen Kita- und Schulverpflegung in Mecklenburg-Vorpommern.

## Veranstaltungsvorschau

"Digital gesund?!" - Kongress des Landesprogramm Gute gesunde Schule MV (14.10.2021)



Unter dem Motto "Digital gesund?! Medienbildung und Gesundheitsförderung in der Schule" findet am Donnerstag, 14. Oktober 2021 findet die digitale Landeskonferenz der Schulen im "Landesprogramm Gute Gesunde Schule MV" statt. Sie sind bisher noch nicht im Landesprogramm vertreten, benötigen dafür noch mehr inhaltliche Informationen?

Auch in diesem Fall freuen wir uns sehr über Sie als interessierte Teilnehmer\*innen und hoffen, Ihnen mit unserer Fachveranstaltung die Entscheidung zu erleichtern. Nähere Informationen stehen im Veranstaltungsflyer, der Anmeldung oder auf der Internetseite www.qute-gesunde-schule.com

Die Veranstaltung wird vom Medienzentrum Greifswald unterstützt.

### Eine Kulinarische Reise durch die Welt der Pflanzen – Teil 2 Currys und Bowls - gesund und bunt (21.10. und 04.11.2021)



Eingeladen sind alle Verantwortlichen für die Zubereitung von Schulverpflegung und Beschäftigte im Umfeld Schule, die sich für das Thema vegetarische Ernährung interessieren. Diese Veranstaltung besteht aus zwei Terminen. Im ersten Termin erhalten Sie Hintergrundinformationen zum Thema vegetarische Speisenplanung, zur Akzeptanzsteigerung eines entsprechenden

Speisenangebots sowie praktische Anregungen einschließlich Rezepten. Beim zweiten Termin tauschen wir uns dann über Ihre Erfahrungen bei der Zubereitung und Verkostung aus. Diese Veranstaltung kann auch unabhängig vom ersten Teil besucht werden. Weitere Informationen und die Möglichkeit sich anzumelden finden Sie unter folgendem Link:

https://www.dgevesch-mv.de/aktuelles/terminansicht/kulinarische-reise-durch-die-welt-der-pflanzen

**Die Mensa – Gestaltung und Nutzung im Ganztag (11.11.2021)** 



Das Online-Seminar wird in Kooperation mit der Serviceagentur *Ganztägig lernen MV* durchgeführt.

Welche Bedeutung hat die Mensa bei der Gestaltung ganztägig arbeitender Schulen? Wie nehmen Schüler\*innen den Raum wahr? Ergänzt werden diese Fragestellungen mit Praxisbeispielen und Zeit für den Erfahrungsaustausch.

Merken Sie sich den Termin vor, weitere Informationen finden Sie in Kürze auf unserer Internetseite <u>www.dgevesch-mv.de/aktuelles/veranstaltungen</u>

# Speisenplanung anhand des DGE-Qualitätsstandard (18.11.2021 – 15:00 Uhr)

Der Speiseplan in einer Einrichtung ist ein wesentlicher Bestandteil für eine gelingende Kita- und Schulverpflegung. Meist werden diese von Verantwortlichen in der Kita- und Schulverpflegung erstellt. Mit dem Online-Workshop zur Speisenplanung möchte Ihnen die DGE-Vernetzungsstelle Hilfestellungen zur Speisenplanerstellung geben und



anhand von eigenen Speisenplänen Auswertungen durchführen. Bei der Veranstaltung werden die Orientierungen des überarbeiteten DGE-Qualitätsstandards angewendet. Die Zielgruppe bezieht sich auf Verantwortliche in der Speisenzubereitung und Speiseplanerstellung, sowie Interessierte. Weitere Informationen und die Möglichkeit sich anzumelden finden Sie unter folgendem Link:

https://www.dgevesch-mv.de/aktuelles/terminansicht/online-seminar-3-1

# Kreative Frühstück- und Vesperverpflegung in der Kita (25.11.2021 – 15:00 Uhr)



Die Vollverpflegung in MV stellt die Kitas und Kindertagespflegepersonen oft vor große Herausforderungen, denn es soll gesund, ausgewogen und abwechslungsreich sein. Bei einem praktischen dem Verantwortliche Workshop, bei die Frühstücks- und Vesperverpflegung sowohl die Anforderungen des überarbeiteten DGE-

Qualitätsstandards kennenlernen, aber auch untereinander Ideen austauschen können, werden Rezeptideen direkt in die Praxis umgesetzt. Die Veranstaltung richtet sich an alle Interessierten der Kitaverpflegung, die auf der Suche nach neuen Impulsen für die Frühstücks- und Vespermahlzeit sind. Link zur Anmeldung:

https://www.dgevesch-mv.de/aktuelles/terminansicht

12. Aktionstag Kita- und Schulverpflegung (07.12.2021)



zweiten DGE-Bereits zum Mal lädt die Vernetzungsstelle zum Online-Aktionstag Kita- und Schulverpflegung ein. Dieser steht ganz unter dem Motto der Nachhaltigkeit. Neben einem Impulsvortrag zum WBAE-Gutachten von Prof. Arens-Azevedo, welches für nachhaltigere Ernährung Gemeinschaftsverpflegung steht, wird es

aufgeschlüsselt nach den verschiedenen Lebenswelten, mehrere Angebote aus der Praxis-Welt geben. Anmelden können Sie sich bereits jetzt schon unter dem angegebenen Link. Dort finden Sie auch nähere Informationen und das komplette Programm.

Link:

https://www.dgevesch-mv.de/aktuelles/veranstaltungen

### 4. Digitaler Austausch der Speisenanbieter in MV (14.12.2021)



Der 4. Digitale Austausch für Speisenanbieter in MV findet am Dienstag, 14.12.2021 von 14:00 – 16:00 Uhr, online per Zoom statt.

Sie sind herzlich eingeladen sich über die Themen und Inhalte auszutauschen die für Sie aktuell von aroßem Interesse sind.

Die DGE-Vernetzungsstelle wird die Ergebnisse und des Speiseplanchecks und der "Check die

Tellerreste"-Messung vorstellen und nützliche Tipps sowie Anregungen zur Verbesserung geben.

Außerdem möchten wir Ihnen mit dem Treffen die Möglichkeit geben, sich untereinander zu unterstützen, sich auszutauschen und zu vernetzen.

Haben Sie Interesse an der Veranstaltung, dann senden Sie uns bitte eine E-Mail an: <a href="mailto:info@dgevesch-mv.de">info@dgevesch-mv.de</a>

### Rückblick

## Nachhaltige Schulverpflegung - Exkursionen bringen Akteure zusammen



Schulverpflegung nachhaltig, also ressourcensparend, klimagerecht, schmackhaft und gesund gestalten – das ist das Ziel des IN FORM-Projektes der DGE-Vernetzungsstelle Schulverpflegung MV. Im Rahmen des zweijährigen Projektes werden Fortbildungen organisiert, Arbeitsmaterialien erstellt, Schulen und Kommunen beraten. Um den Kontakt zwischen den unterschiedlichen Akteursgruppen der Schulverpflegung zu

intensivieren, werden Exkursionen zu beispielhaften Einrichtungen organisiert. Am 19. und 25. August 2021 war die Hanse- und Universitätsstadt Greifswald Ziel von zwei Exkursionen. Sie führten die Teilnehmer\*innen zum Evangelischen Schulzentrum Martinschule, zur Gärtnerei "Greifenacker", zum Landwirtschaftsbetrieb Wolfgramm und zum Cateringbetrieb Gran Gusto. Die gemeinsamen Begehungen der Einrichtungen und der angeregte Austausch bilden Grundlagen für mehr Verständnis untereinander. Es ist wichtig, dass beispielsweise Kommunen als Schulträger die Bedingungen kennen, unter denen Lebensmittelproduzenten aus der Region ihre Produkte erfolgreich vermarkten können. Ebenso brauchen die Produzenten Einblicke in die Erfordernisse der Speisenanbieter. Über den Austausch entstehen neue Kontakte und das Verständnis füreinander wächst. So besteht die Chance, dass an mehr Schulen als bisher, die Verpflegung auf Grundlage des **DGE-Qualitätsstandards** für die Verpflegung in Schulen organisiert wird. Mit der Neuauflage des Standards im vergangenen Jahr wird ein besonderer Fokus auf die Frage der Nachhaltigkeit gelegt. In Mecklenburg-Vorpommern ist der DGE-Standard für die Schulverpflegung leider immer noch nicht bindend. Weitere Informationen zum IN FORM-Projekt unter: https://www.dgevesch-mv.de/in-form-projekte/aktuelles-projekt

### **Bio-Brotbox 2021**



Dank vieler Beteiligter, unter anderem auch der DGE-Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung konnte die Biobrotboxaktion auch im 10. Jahr nach Neuauflage in Mecklenburg-Vorpommern erfolgreich umgesetzt werden. Nur dadurch ist so eine große Gemeinschaftsaktion überhaupt möglich. Gepackt wurden die Brotboxen für die rund 6.500 Erstklässler in

MV an 6 zentralen Standorten, unter anderem auch in Medewege bei Schwerin. Zu den Inhalten zählten:

Müsli/ Müsliriegel, Fruchtriegel, Wurstaufstrich, verschiedene Teesorten, Lebensmittelgutscheine regionaler Bioläden und eine Informationsbroschüre zur Aktion mit Tipps u.a. für ein gesundes Frühstück. Gesondert wurden dazu Möhren und Äpfel, Brötchen, Butter, Milch und Fruchtaufstrich für das gemeinsame Frühstück gepackt und an die Schulen mit den Bio-Brotboxen übergeben.

Die **Bio-Brotbox** soll Eltern und Kinder täglich daran erinnern, die Brotboxen wieder mit einem gesunden Frühstück zu füllen.

Am darauffolgenden Tag konnten die teilnehmenden Schulen die Brotboxen in den 6 Packstellen abholen.

Zu den Brotboxen gab es auch **Informationen zur gesunden Ernährung.** Die Samentütchen mit Biokresse sind für den eigenen Anbau, Lebensmittelgutscheine laden zum Einkauf in regionale Bioläden ein. Bewusst wurde bei der diesjährigen Aktion darauf geachtet, Plastikmüll zu reduzieren.

Auch in diesem Jahr wurde die Aktion von ländlichfein e. V. koordiniert und durchgeführt.

Weitere Informationen zur diesjährigen Aktion:

https://www.plmv.de/agrarkultur/der-verein/bio-brotbox-2021/

Link zur Webseite von ländlichfein.de:

https://www.laendlichfein.de/nachrichten/262-bio-brotbox-2021.html

# (Online-) Praxis-Workshop "Eine Kulinarische Reise durch die Welt der Pflanzen" Teil 1: "Bratlinge, Puffer und vegetarische Eintöpfe zum Sattwerden" (07.09. und 14.09.2021)



Bei modernen Verpflegungsangeboten ist die Erhöhung des Pflanzenanteils nicht nur ein aktueller Trend, sondern auch ein Beitrag zum Schutz der Lebensgrundlage für zukünftige Generationen. Dass sich auch ohne Fleisch spannende und leckere Gerichte zaubern lassen, konnte in unserem Workshop eindrucksvoll belegt werden.

Im theoretischen Teil der Veranstaltung ging es neben der vegetarischen Speisenplanung mit dem DGE-Qualitätsstandard, auch um Hülsenfrüchte in der Ernährung und Verpflegung. Im praktischen Teil bekamen die Teilnehmer\*innen die Möglichkeit sich auszuprobieren und auch der Dialog untereinander kam nicht zu kurz, sodass gleichzeitig einige nützliche Praxistipps ausgetauscht werden konnten. Als kleiner Nebeneffekt, wurde ein Einblick in die Online Plattform "Padlet" gegeben, die anschließend ausgiebig (u.a. durch das Teilen von selbstgedrehten Videos) genutzt wurde.

# Allergien und Nahrungsmittelunverträglichkeiten bei Kindern (11.09.2021)

Im Rahmen einer internen Weiterbildungsveranstaltung für Kindertagespflegepersonen in Schwerin fand eine Veranstaltung mit dem Thema "Allergien und Nahrungsmittelunverträglichkeiten bei Kindern" statt. Zusätzlich zu theoretischen Infos mit einem Überblick zu den häufigsten Unverträglichkeiten, konnten Praxistipps mitgegeben werden und ein paar passende Rezepte ausprobiert werden. Kinder sollen in der Kindertagespflege sicher und mit Genuss essen können, auch mit einer Lebensmittelallergie.



Um die Kindertagespflegepersonen dabei in der Praxis zu unterstützen, hat die Vernetzungsstelle Kitaverpflegung zu der Veranstaltung eingeladen. In kleinen Vorträgen und praktischen Einheiten informierten sich die Teilnehmerinnen über medizinische Hintergründe, die gesetzlichen Vorgaben zur Allergenkennzeichnung und den Umgang mit Lebensmittelallergien und

unverträglichkeiten.

Gleichzeitig sind Kindertagespflegepersonen auch als Mittler gefragt, denn nicht jede "Allergie" ist auch eine. Eltern vermuten allergische und nichtallergische Nahrungsmittelunverträglichkeiten wesentlich häufiger, als sie tatsächlich vorliegen.

Das berichtete Anja Deppner, Ökotrophologin und Referentin aus Wismar. "Lebensmittel sollten nie auf Verdacht, sondern erst nach einer gesicherten Diagnose aus der Ernährung eines Kindes ausgeschlossen werden", erklärt die Expertin.

### Woche der Lebensmittelwertschätzung

In der Woche vom 29.09. – 06.10. fand die bundesweite Aktionswoche "Deutschland rettet Lebensmittel" statt.

Die DGE-Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung bot dazu Aktionen an, für Kitas und Schulen/Speisenanbieter an.

(Siehe auch <a href="https://www.zugutfuerdietonne.de/unsere-aktivitaeten/aktionswoche-deutschland-rettet-lebensmittel/aktionswoche-2021">https://www.zugutfuerdietonne.de/unsere-aktivitaeten/aktionswoche-deutschland-rettet-lebensmittel/aktionswoche-2021</a>)

### Kita



"Kann man das Obst noch essen?" und "Lagern wir Kartoffeln im Kühlschrank?". Mit diesen Fragen haben sich im Aktionszeitraum der Lebensmittelwertschätzung Kitas hier in Mecklenburg-Vorpommern beschäftigt. Anlässlich der Aktionswoche ZugutfürdieTonne, welche auf Initiative des Bundesministeriums für Ernährung Landwirtschaft im deutschlandweit durchgeführt wurde, fanden kleine Aktionen zur

Ernährungsbildung in Kitaeinrichtungen statt, um auch schon die Kleinsten für das Thema der Lebensmittelwertschätzung zu sensibilisieren.

Allein in Deutschland werden jährlich mehr als 11 Millionen Tonnen Lebensmittel entsorgt, oft nur, weil der Apfel eine Delle hat oder die Gurke krumm ist. Die Kinder kennen das auch aus der Kita oder dem Elternhaus und konnten, durch die von der DGE-Vernetzungsstelle Kitaverpflegung durchgeführte Veranstaltung ein paar nützliche Tipps und Tricks mitnehmen. Für diese Aktion konnten sich alle Kitas in MV bewerben und es wurden insgesamt 5 Kitas ausgewählt. Um das Thema auch mit dem Elternhaus zu verknüpfen, waren die Kinder aufgerufen, angeschlagenes Obst und Gemüse mit in die Kita zu bringen.

Bei der interaktiven Veranstaltung konnten die Kinder selbst entscheiden, ob ein Lebensmittel noch essbar ist, den Kühlschrank richtig einräumen und am Ende einen Smoothie aus Obst und Gemüse probieren, welches bereits ein paar kleine Dellen aufweist.

Die kleine Lerneinheit der DGE-Vernetzungsstelle wurde in Kindertageseinrichtungen in Stralsund, Usedom, Schwerin, Gresse und Dambecker See durchgeführt.

#### **Schule**



Unter dem Motto "Check die Tellerreste - Messung von Speiseabfälle in Schulen" rief die Vernetzungsstelle Schulverpflegung in Kooperation mit dem Ministeriums für Landwirtschaft und Umwelt MV Schulen und Speisenanbieter auf, die Tellerreste des Mittagessens zu messen und die Schüler\*innen nach den Gründen für die Abfälle zu befragen. Materialien wie Eimer, Poster für die Abstimmung, Waage sowie Informationsmaterialien Thema zum Lebensmittelwertschätzung von ZugutfürdieTonne wurde Einrichtungen teilnehmenden in einem Paket zugesendet.

Die Messaktion fand in der Woche vom 20.09. - 24.09.2021 statt. In den Schulen wurde über die Dauer der Aktion zwischen 1-5 Tage gemessen, gewogen und abgestimmt. Nach Abschluss der Aktion erhalten die Schulen/Speisenanbieter eine Auswertung, die in der Mensa aufgehängt oder auch als Beginn für einen Qualitätsentwicklungsprozess genutzt werden kann.

Die Aktion stieß auch in der Presse auf großes Interesse, so wurde eine Schule vom Nordmagazin bei der Aktion begleitet. Den Beitrag können Sie in der ARD-Mediathek finden:

https://www.ardmediathek.de/video/nordmagazin/aktionswoche-gegen-lebensmittelverschwendung-an-schulen/ndr-mecklenburg-vorpommern/Y3JpZDovL25kci5kZS8zYmY3M2JhMi0xZjc3LTRiNTktYTU5MC1iZGFjNzFlMGZjMTk/

### Die Vernetzungsstelle bei der Mela in Mühlengeez



Zum diesjährigen 30. Jubiläum der Landwirtschaft Fachausstellung für und Ernährung, Fischwirtschaft, Forst, Jagd und Gartenbau in Mühlengeez war auch die DGE-Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung vertreten. An einem Stand gemeinsam mit der Vernetzungsstelle Seniorenernährung und der DGE-Sektion MV konnten Interessierte und Akteure der Kita- und Schulverpflegung mit den

Projektleiterinnen ins Gespräch kommen, sich informieren und Fachmaterial mitnehmen. Zahlreiche Besucher\*innen kamen zum Stand der DGE und ließen sich zum Thema Kita- und Schulverpflegung beraten.

### Infos

# Neuer Mitarbeiter im IN FORM – Projekt "Gesundheitsförderung durch eine klimafreundliche und vegetarische Speisenplanung"



Nachdem Antje Jonas die Vernetzungsstelle Schulverpflegung in MV in Richtung Niedersachsen verlassen hat, um dort neue Aufgaben zu übernehmen. Konnte die Stelle seit dem 01.08. 2021 mit Mathias Möbius neu besetzt werden. Einige von Ihnen haben Herrn Möbius auch bereits in dem Online—Praxis-Seminar im September kennengelernt.

Herr Möbius hat Studienabschlüsse in den Fächern Ökotrophologie und Erwachsenenbildung und war vorher als Fachlehrer für Sozialassistent\*innen und Erzieher\*innen tätig.

Wir wünschen Herrn Möbius für seine Arbeit in der Vernetzungsstelle Schulverpflegung viel Erfolg.

Seine Kontaktdaten:

E-Mail: mathias.moebius@dgevesch-mv.de

Telefon: 0385 2003 88 07

Informationen zum IN FORM - Projekt finden Sie unter <a href="https://www.dgevesch-">https://www.dgevesch-</a>

mv.de/in-form-projekte/aktuelles-projekt

### Kitas können gesamte Verpflegung zertifizieren lassen



Quelle: DGE

Ab August diesen Jahres können Kitas, die für eine vollwertige Mittagsverpflegung in Kitas zertifiziert sind, oder eine solche Zertifizierung anstreben, das gesamte Essensangebot inklusive Frühstück und Zwischenverpflegung von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) prüfen und zertifizieren lassen. Bislang wurde von der DGE das Mittagessen geprüft und zertifiziert. Da auch Frühstück und Zwischenverpflegung

einen wichtigen Beitrag zur Nährstoffversorgung leisten, ist nun auch hierfür eine Prüfung und Zertifizierung möglich. Zu den Prüfkriterien gehört beispielsweise, dass Vollkorngetreideprodukte, Gemüse/Salat und Obst sowie Milch und Milchprodukte regelmäßig angeboten werden. Müslis dürfen z. B. keinen Zucker, Sirup oder andere Süßungsmittel enthalten und Fleisch und Wurstwaren gehören prinzipiell nicht zum Angebot von Frühstück und Zwischenverpflegung in der Kita. Als Getränke kommen Wasser sowie ungesüßter Früchte- oder Kräutertee zum Einsatz.

Die kostenpflichtige Zertifizierung von "Frühstück und Zwischenverpflegung" kann nur zusammen mit dem Mittagessen erfolgen und nur, wenn alle Mahlzeiten von der Kita bzw. dem Caterer angeboten werden. Für nähere Informationen zur Zertifizierung können Sie sich bei den zuständigen Mitarbeiter\*innen der DGE melden.

Link: <a href="https://www.dge.de/presse/pm/kitas-koennen-gesamte-verpflegung-zertifizieren-lassen/">https://www.dge.de/presse/pm/kitas-koennen-gesamte-verpflegung-zertifizieren-lassen/</a>

### Internationales Jahr für Obst und Gemüse

Die Generalversammlung der Vereinten Nationen hat 2021 zum Internationalen Jahr für Obst und Gemüse ausgerufen. Das Thema soll mit Projekten und Aktionen rund um den Globus in den Fokus rücken.

Das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) und auch die DGE-Vernetzungsstelle wird sich am Internationalen Jahr für Obst und Gemüse mit Informationsangeboten und Veranstaltungen beteiligen.

Über den Newsletter und die Internetseite möchte die DGE-Vernetzungsstelle über saisonale Gemüse-und Obstsorten informieren.

Weitere Informationen zum Jahr für Obst und Gemüse auf der Internetseite des BMEL: <a href="https://www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/gesunde-ernaehrung/arbeit-und-freizeit/internationales-jahr-obst-gemuese.html">https://www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/gesunde-ernaehrung/arbeit-und-freizeit/internationales-jahr-obst-gemuese.html</a>

### **Gemüse des Monats Oktober**

Oktober: Rosenkohl (September bis Januar/Februar)



Sein Name erhielt der Rosenkohl, weil er an Rosenknospen erinnert. Rosenkohl kann roh, Blatt für Blatt, oder in sehr dünne Scheiben geschnitten gegessen werden. Eine weichere Konsistenz mit ausgeprägtem Aroma erhält der Rosenkohl durch kochen, Braten oder das Schwenken in warmer Butter. Ein Nachteil beim Kochen ganzer Röschen ist, dass

die äußeren Blätter weich werden, währen es im Inneren festbleibt. Deswegen sollten Sie den Rosenkohl in Spalten oder Scheiben schneiden oder den Strunk wegschneiden.

<u>Lagern</u>: im Kühlschrank

<u>Passt zu</u>: Chili, Ingwer, Knoblauch, Nüssen, Zitrone, Orange, Senf, Petersilie,

Sojasauce, Butter

Hier gelangen Sie zum Rezept und zu weiteren Informationen: → Link

Auf unserer Internetseite erhalten Sie monatlich neue Infos zu saisonalem Obst und Gemüse, inklusive schmackhafter Rezepte.

Link: <a href="https://www.dgevesch-mv.de/aktuelles/int-jahr-fuer-obst-und-gemuese">https://www.dgevesch-mv.de/aktuelles/int-jahr-fuer-obst-und-gemuese</a>

### **Zum Nachlesen**

Lebensmittelkennzeichnung – kurz und knapp



Quelle: BZfE

Blicken Sie noch durch im Kennzeichnungsdschungel? Der Karikaturist Nik Ebert führt mit 15 bunten Karikaturen durch die Welt der Lebensmittelkennzeichnung - kurz, knapp und humorvoll. Damit Sie sich künftig besser auskennen! Auf Verpackungen herrscht manchen ein regelrechter Informationsdschungel. Doch es gibt klare Regeln: Sieben Angaben müssen grundsätzlich auf jeder Fertigpackung stehen. Allergene Zutaten müssen im Zutatenverzeichnis besonders hervorgehoben werden. Auch für freiwillige Kennzeichnungshinweise gibt es eindeutige Vorschriften, zum Beispiel für die Werbung mit "Bio", den Nutri-Score oder mit gesundheitsbezogenen Angaben. Der Flyer eignet sich für

einen entspannten Einstieg in ein kompliziertes Thema und damit gleichermaßen für Verbraucher, Schüler oder Multiplikatoren.

Bestell-Nr.: 0391

https://www.ble-medienservice.de/0391/lebensmittelkennzeichnung-kurz-und-knapp

Dieser Artikel ist kostenfrei erhältlich.

## **Impressum:**

Herausgegeben von der Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung in MV: Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung in MV Am Grünen Tal 50 19063 Schwerin

www.dgevesch-mv.de

Meike Halbrügge Projektleitung Schulverpflegung Telefon: 0385/20 25 218

Fax: 0385/20 23 891

E-Mail: meike.halbruegge@dgevesch-mv.de

Katharina Kutzner Projektleitung Kitaverpflegung Telefon: 0385/20 25 216

Fax: 0385/20 23 891

E-Mail: katharina.kutzner@dgeveki-mv.de

Arndt Müller

Leitung Projekt: "Gelingen einer gesundheitsförderlichen Schul- und Kitaverpflegung unter Berücksichtigung von Nachhaltigkeitsaspekten"

Telefon: 0385/20 25 216 Fax: 0385/20 23 891

E-Mail: <a href="mailto:arndt.mueller@dgevesch-mv.de">arndt.mueller@dgevesch-mv.de</a>

Hauptgeschäftsstelle Bonn Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. Godesberger Allee 18 53175 Bonn

Geschäftsführerin: Dr. Kiran Virmani

Eingetragen im Vereinsregister Bonn unter Nr. VR 008114

UStIdNr: DE 114234841