

# Schülermenü



**Verpflegung**  
in Schulen und Kitas

Jahreskompendium 2017/2018



Essen soll begeistern

## „Junges Essen“ – das moderne Ernährungsprinzip von apetito

Seit mehr als 45 Jahren ist apetito ein gefragter Experte, wenn es um die Mittagsverpflegung von Schülerinnen und Schülern geht. In dieser Zeit hat das Familienunternehmen stetig Verpflegungskonzepte gestaltet und zeitgemäß weiterentwickelt.

„Junges Essen“ – so bringt apetito das moderne Ernährungsprinzip für Schüler auf den Punkt. Es vereint die vier zentralen Prinzipien „Schülergerecht“, „Geschmack pur“, „1A-Qualität“ und „Frisch zubereitet“.

### Schülergerecht

An ein Mittagessen von Kindern und Jugendlichen werden viele Ansprüche gestellt, wissen die Experten von apetito aus dem

westfälischen Rheine: Nicht nur gesund und ausgewogen, sondern auch abwechslungsreich, trendy und lecker soll es sein.

Bei apetito gibt es aus diesen Gründen extra eine Küche nur für Schüler und Jugendliche – mit über 500 verschiedenen Menüs und Menükomponenten, die den Geschmack der Jugendlichen treffen. Die „Junge Küche“ bringt schülergerechte Speisen auf den Tisch, die vor allem gut tun und besonders gut schmecken. So bietet apetito speziell für die Schulmensa „Trend-Gerichte“, wie Linsbällchen, Currywurst, asiatische Mie-Nudelpfanne, Hähnchengyros und vieles mehr. Für eine ausgewogene Ernährung, optimales Wachstum und die körperliche und geistige Fitness von Schülern.



### Frisch zubereitet

apetito setzt auf ein spezielles Verfahren, um die Frische aller Produkte besonders lange zu bewahren: das Cook & Freeze-Verfahren. Alle Gerichte werden bis zu einem Punkt gegart, der genau auf die entsprechende Menükomponente abgestimmt ist. Danach werden sie sofort in Tief-

kühlschlaf versetzt, um anschließend **in den Schulküchen** zu Ende gegart zu werden. Dadurch bleibt alles bis zuletzt knackig und schmeckt wie frisch zubereitet. Auf diese Methode setzt apetito aus gutem Grund: Laut Institut Fresenius, Taunusstein, ermöglicht das Tiefgefrieren eine schonende Konservierung bei bestmöglicher Erhaltung von Nährwert und Geschmack. Mehr noch: Tiefgekühltes Gemüse hat im Vergleich zu den anderen Konservierungsformen den höchsten Gehalt an wertvollen Inhaltsstoffen wie Vitamin C und sekundären Pflanzenstoffen.

### Geschmack pur

apetito verwendet für alle Gerichte nur natürliche Zutaten, der natürliche Geschmacksreichtum steht im Vordergrund. Deshalb würzen die apetito Köche alle Gerichte besonders sorgfältig. Sie verwenden dafür eine Vielfalt an Kräutern und Gewürzen und gehen sparsam und verantwortungsvoll mit dem Einsatz von Salz und Zucker um. Außerdem verzichten sie auf künstliche Zusätze, wie Geschmacksverstärker oder geschmacksverstärkende Zutaten. Ganz einfach: „Geschmack pur“. Und weil gerade für Jugendliche die Würzung gerne raffinierter sein darf, hat apetito sogenannte „Teenager“ Rezepturen entwickelt. Diese sind genau nach dem Geschmack von Schülern.

### 1A-Qualität

Der hohe apetito Qualitätsanspruch an Frische, Transparenz, Natürlichkeit und Kochkunst drückt sich in der Schulverpflegung in der Formel „1A-Qualität“ aus. Neben einer kontinuierlichen Rohwareneingangskontrolle werden stichprobenartige Analysen durch die betriebseigene interne Zentralanalytik und Mikrobiologie durchgeführt. Zusätzlich wird der Salz-, PH- und Viskositätswert während des Produktionsprozesses durch das Labor geprüft und in einem finalen Test freigegeben. Die Zutaten- und Menüliten (gemäß LMIV) stehen den Kunden jederzeit zur Verfügung – online im Kundenportal [mein-apetito.de](http://mein-apetito.de) oder auf Wunsch postalisch. Alle Allergen- und Unverträglichkeitshinweise nach LMIV-Bedingungen werden auf Etiketten, Speiseplänen und Sortimentslisten ausgewiesen. Damit erleichtert apetito auch die oftmals komplizierte Verpflegung von Schülern mit Allergien und Unverträglichkeiten.

### SERVICE

Mehr zur Schulverpflegung von apetito:

[www.apetito.de/essen-fuer/schueler](http://www.apetito.de/essen-fuer/schueler)

[www.apetito.de/zutaten](http://www.apetito.de/zutaten)

Kontakt zu apetito: 05971/799-1829





## Produkte am Puls der Zeit: Smoothies, Veggie und Co.

**Viele Faktoren müssen stimmen, damit Schulverpflegung attraktiv ist. Im Fokus steht jedoch nach wie vor das Speisenangebot. Ausgewogen, bunt und vielfältig muss es sein. Gleichzeitig wünschen immer mehr Schulen Bio-Menüs, Trend-Gerichte oder Produkte für die Zwischenverpflegung. Die Köche bei apetito entwickeln das Sortiment stetig weiter.**

„Veggie-Power“ steht für vegetarischen Genuss: Warum nicht einmal eine „Kreolische Wildreispfanne“ oder ein „Veggie-Burger“ aus Kichererbsen und Rote-Bete als Abwechslung zur Mittagszeit auf den Teller? Neue Produkt-Highlights von apetito für die Schulmensa versprechen vegetarischen Genuss, der sowohl Vegetarier als auch Flexitarier anspricht.

Die Rezepturen reichen von klassisch bis modern. Linsenbällchen, Bulgur-Curry-Salat oder vegetarisches Moussaka griechischer Art mit Soja spiegeln die Vielfalt unterschiedlicher kulinarischer Einflüsse wider. Auch neue Zutaten wie Quinoa haben Einzug in die apetito Küche gehalten. Quinoa bezeichnet die Samen zweier Gänsefußgewächse, die in den südamerikanischen Anden wachsen und hat eine hohe Nährstoffdichte. Als „Kürbis-Kokos-Suppe mit Quinoa nach Thai-Art“ kommt die Trendzutat kombiniert mit Kürbis, Kokosnuss und exotischen Gewürzen auf die Teller. Insgesamt sind über die Hälfte des apetito Sortiments vegetarische Gerichte.

**Smoothies:** Sie hören auf die Namen „Gimmy Gelb“, „Yummy Rot“, „Sunny Orange“ und „Queeky Grün“ – die Smoothies von apetito. Die bunten Gemüse- und Obst-Drinks sind in vier Sorten erhältlich, aus natürlichen Zutaten zusammengestellt und bieten den Schülern eine Extraportion Obst und Gemüse zum Trinken.

Insbesondere bei Schülern sind Smoothies ein beliebtes Trendgetränk – so sind die Kombinationen, z. B. aus Maracuja, Ananas, Mango und Paprika, eine erfrischende und abwechslungsreiche Getränkealternative. Die natursüßen Drinks sind nicht nur Getränk, sondern können auch beliebig kombiniert werden – z. B. mit Milchprodukten zu einem Dessert.

**Bio-Produkte:** apetito hat als erster Tiefkühl-Anbieter für die Gemeinschaftsverpflegung schon 1998 Produkte aus kontrolliertem biologischen Anbau ins Sortiment aufgenommen. Inzwischen können die Kunden aus über 100 Bio-Menüs wählen.

**So wird die Mensa zum Erlebnis**  
Schülerinnen und Schüler wollen zunehmend selbst bestimmen, was und wie viel sie mittags essen. Spontan möchten sie entscheiden und sich ihr Lieblingsessen selbst zusammenstellen.

Die Lösung dafür bietet apetito mit dem Buffetkonzept. Es macht das Mittagessen zum Erlebnis, bringt Spaß und Kommunikation in den Schulalltag. „Die Akzeptanz für ein gesundes und leckeres Mittagessen in der Mensa steigt, sobald die Schüler selbst entscheiden können, was auf ihre Teller kommt“, kennt Klaus Ludmann, Geschäftsführer der apetito kids & schools GmbH, einen weiteren wichtigen Vorteil.

**Spaß am Essen und sich gleichzeitig gesund ernähren**

Schüler sollen sich gesund ernähren und gleichzeitig Spaß am Essen haben. Auf dem Speiseplan werden daher alle angebotenen Menükomponenten nacheinander aufgeführt und die Jugendlichen entscheiden lediglich, ob sie am Mittagessen teilnehmen. Am Buffet selbst haben sie freie Auswahl zwischen Hauptkomponenten, Gemüse und Beilagen. „Das Konzept leistet einen Beitrag für die ernährungspädagogische Arbeit“, erklärt Dr. Doris Becker, Leiterin der apetito Ernährungsberatung. „So lernen die Schüler beim täglichen Mittagessen, wie eine ausgewogene Mahlzeit zusammengestellt wird und greifen auch bei den gesunden Lebensmitteln gerne zu.“

## Auch die Kleinen haben schon die Auswahl

Die Buffetwagen werden dabei in den Einrichtungen idealerweise so platziert, dass sie von beiden Seiten erreichbar sind. So können sich zahlreiche Schüler gleichzeitig bedienen. Durch höhenverstellbare Theken kann das System bereits in der Grundschule zum Einsatz kommen. Eine 70 Zentimeter hohe Mini-Modultheke ermöglicht auch den Kleinen aus der 1. und 2. Klasse die Selbstbedienung.

## Vor Ort frisch zubereitet

Das Essen basiert auf tiefkühlfrischen Menükomponenten, die bereits portioniert und bis zu einem bestimmten, hygienisch sicheren Garpunkt vorgekocht sind. In der Einrichtung selbst werden sie zu Ende gegart. So ist eine punktgenaue Zubereitung ohne Standzeiten gewährleistet. „Dieses Verfahren vermeidet Qualitätsverluste und ermöglicht die Zubereitung direkt zum Zeitpunkt des Bedarfs“, betont Dr. Doris Becker. Die schülergerechten Rezepturen sind speziell auf die Bedürfnisse und Anforderungen von Jugendlichen ausgerichtet. Das Küchen-Team kann dazu täglich frisch zubereitete Salate, Obst oder Desserts anbieten. Eine solche Vitaminbar rundet das Angebot im Rahmen einer gesunden und auch modernen Ernährung an der Schule ab. Durch die Selbstentnahme werden die Schüler, ohne zwanghafte Portionierung, an die verschiedenen Obst- und Gemüsesorten erfolgreich herangeführt und lernen zudem saisonal unterschiedliche Produkte kennen.

Übrigens hat das Selbstbedienungskonzept noch einen weiteren positiven Effekt: Die Menge der Speisereste auf den Tellern geht deutlich zurück. Die Schüler nehmen sich wirklich nur das auf den Teller, was sie tatsächlich auch essen wollen. Diese Tatsache in Kombination mit dem flexiblen Komponentensystem von apetito minimiert Speisereste. apetito engagiert sich aktiv für Müllvermeidung und ist Mitglied bei UNITED AGAINST WASTE.

## Wussten Sie schon?

apetito ist Mitglied bei UNITED AGAINST WASTE. Und engagiert sich aktiv für Müllvermeidung. Infomieren Sie sich: [united-against-waste.de](http://united-against-waste.de)

