



**Bayerische Leitlinien Seniorenverpflegung**

**Es ist angerichtet!**  
*Genussvoll essen in  
Senioreneinrichtungen*

**Gemeinschaftsverpflegung Bayern**

# Inhalt

---

<b>VORWORT</b>	<b>3</b>
<hr/>	
<b>LEITGEDANKEN ZUR SENIORENVERPFLEGUNG IN BAYERN</b>	<b>5</b>
<b>GESUNDHEIT</b>	<b>6</b>
<b>WERTSCHÄTZUNG</b>	<b>7</b>
<b>NACHHALTIGKEIT</b>	<b>8</b>
<b>WIRTSCHAFTLICHKEIT</b>	<b>9</b>
<hr/>	
<b>PRAKTISCHE ORIENTIERUNGSHILFEN</b>	<b>11</b>
<b>RAHMEN GESTALTEN</b>	
Gemeinsam auf dem Weg	12
Essen schafft Zuhause	14
Professionelles Arbeiten sichert Qualität	17
<b>AUSGEWOGEN VERPFLEGEN</b>	<b>18</b>
Von allem etwas – Ein optimales Gesamtangebot	18
<b>AUSGEWOGEN VERPFLEGEN</b>	<b>20</b>
Ausgewogen und schmackhaft	20
Besondere Anforderungen an die Verpflegung	22
Abwechslungsreich und individuell	24
Mit Küchenhandwerk begeistern	26
<b>VERANTWORTUNGSVOLL EINKAUFEN</b>	<b>28</b>
Einkauf regionaler Lebensmittel	28
Einkauf biologischer Lebensmittel	30
Mehr Bio aus der Region	32
Mehr regionale und biologische Lebensmittel in Bayerns Gemeinschaftsverpflegung	33
<b>KOSTEN AUFZEIGEN</b>	<b>34</b>
Kosten im Blick	34
Einflussfaktoren	36
<b>ERFOLGREICH KOMMUNIZIEREN</b>	<b>38</b>
Tue Gutes und rede darüber	38
<hr/>	
<b>ANSPRECHPARTNER IN BAYERN</b>	<b>42</b>
<b>GEBÜNDELTE KOMPETENZEN</b>	<b>43</b>
<b>QUELENNACHWEISE</b>	<b>43</b>

## Sehr geehrte Damen und Herren,

auch im Alter gesund essen – das wünschen wir uns für unsere Angehörigen und auch für uns selbst. Wir wollen, dass auch in Senioreneinrichtungen die Mahlzeiten mit Genuss gegessen werden. Denn ein gesundheitsförderliches, gutes und genussvolles Verpflegungsangebot ist besonders wichtig, wenn Menschen nicht mehr selbst für ihr Essen verantwortlich sind, sondern in einer Senioreneinrichtung leben und versorgt werden. Eine gute Verpflegung bedeutet für die Seniorinnen und Senioren ein wesentliches Stück Lebensqualität und Lebensfreude und ist damit nicht nur die Voraussetzung für das körperliche, sondern auch für das seelische Wohlergehen.

Seit mehr als zehn Jahren engagieren wir uns nun schon für eine genussvolle, gesundheitsförderliche und nachhaltige Verpflegung für alle Bewohnerinnen und Bewohner in Bayerns Senioreneinrichtungen. Die Grundlage hierfür sind die Bayerischen Leitlinien Seniorenverpflegung. Unsere Philosophie für eine gute Verpflegung basiert auf den Leitgedanken Gesundheit, Wertschätzung, Nachhaltigkeit und Wirtschaftlichkeit. Mit insgesamt fünf Orientierungshilfen unterstützen wir alle an der Verpflegung Beteiligten – von der Einrichtungsleitung über die Pflege- und Präsenzkkräfte bis hin zum Küchenpersonal und den Hauswirtschaftskräften – bei der Umsetzung und bieten viele Anregungen für Vielfalt und Geschmackserlebnisse in der Seniorenverpflegung.

Durch ein verstärktes Achten auf Regionalität und Ökologie wollen wir neben den ernährungswissenschaftlichen Ansprüchen stärker als bisher den Gedanken der Nachhaltigkeit und damit den Schutz unseres Klimas in den Mittelpunkt rücken. Die Seniorenverpflegung kann damit zum Vorreiter in Sachen Nachhaltigkeit werden.

Machen Sie die Bayerischen Leitlinien Seniorenverpflegung zu Ihrer maßgebenden Orientierung für qualitatives, genussvolles und nachhaltiges Essen! So werden Bayerns Senioreneinrichtungen ein Ort des Geschmacks, des Genusses und der Heimat!

Bayerisches Staatsministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft, Forsten und Tourismus



# Leitgedanken zur Seniorenverpflegung in Bayern

Der Umzug in eine stationäre Senioreneinrichtung ist ein große Einschnitt im Leben eines jeden älteren, oft auch hochbetagten Menschen. Dabei geben die neuen Bewohner nicht nur ihren bisherigen Lebensmittelpunkt auf, sondern oftmals auch lieb gewonnene Gewohnheiten. Welche Gerichte auf den Tisch kommen, wurde jahrzehntelang selbst bestimmt. Die täglichen Mahlzeiten werden mit zunehmendem Alter immer wichtiger und bilden oftmals die Tageshöhepunkte im Lebensalltag. Essen ist Leben und Essen selbst wählen zu können, ist Teil unserer Identität. Einflüsse wie Erziehung, Kultur und Tradition prägen uns und unser Essen ein Leben lang – auch und gerade im Alter.

Für jede Einrichtung stellt daher die Gestaltung der Verpflegung eine verantwortungsvolle Aufgabe dar. Rücksicht auf die persönlichen Essbiografien und die Berücksichtigung der im Alter hinzukommenden gesundheitlichen und körperlichen Einschränkungen spielen eine große Rolle, damit sich ältere Menschen auch in einer stationären Einrichtung wie zu Hause fühlen.

Vier Leitgedanken beschreiben, was eine gute und nachhaltige Seniorenverpflegung ausmacht:

- > Gesundheit
- > Wertschätzung
- > Nachhaltigkeit
- > Wirtschaftlichkeit



### Im Fokus

#### *Bedarfsgerechte Speisen anbieten*

*Essbiografien mit Unterstützung der Angehörigen erstellen, beachten und regelmäßig aktualisieren*

*Speisen anbieten, die individuellen Anforderungen entsprechen und Essenswünsche erfüllen*

*Augenmerk auf vegetarische Gerichte legen*

*Schonende Garverfahren einsetzen*

*Gutes Hygienemanagement als selbstverständliche Basis umsetzen*

Wenn im Alter gesundheitliche Einschränkungen zunehmen, der Appetit nachlässt und die Portionen kleiner werden, ist eine gezielte und bewusste Auswahl nährstoffreicher Lebensmittel umso wichtiger.

### Lebensmittel- und Speisenauswahl

Die Auswahl qualitativ hochwertiger Lebensmittel sowie eine ausgewogene und abwechslungsreiche Speisenplanung sorgen dafür, dass Seniorinnen und Senioren in den Einrichtungen bedarfsgerecht versorgt sind. Grundlage für die Leitlinien bzgl. des Speisen- und Getränkeangebotes ist der „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung mit „Essen auf Rädern“ und in Senioreneinrichtungen“. Dieser gibt Empfehlungen für eine gesundheitsfördernde und nachhaltige Verpflegung im Alter. Die Berücksichtigung individueller Geschmacksvorlieben und der persönlichen Essgewohnheiten der Bewohner ist ebenfalls selbstverständlicher Bestandteil einer guten Seniorenverpflegung. Aus regionaltypischen, traditionellen und kulturellen Gründen weichen die bayerischen Leitlinien teilweise vom Qualitätsstandard der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) ab.

### Sorgfältige Zubereitung

Grundlage für ein gesundheitsförderliches Angebot sind die sorgfältige Zubereitung und kurze Warmhaltezeiten. Ein umfassendes Hygienemanagement ist für jede Küche selbstverständlich.

### Gesundes muss schmecken

Natürlich darf der Geschmack nicht zu kurz kommen. Es liegt in der Verantwortung und dem Können der Küche, die Lust und Freude der Bewohner am Essen zu wecken und zu erhalten, auch wenn diese von altersbedingten Erkrankungen betroffen sind. Eine Zubereitung der Speisen und Getränke, die den individuellen Bedürfnissen und Bedarfen der älteren Menschen gerecht werden, hat großen Einfluss auf die Freude am Essen und die Lebensqualität. So trägt die Verpflegung maßgeblich dazu bei, dass sich die Bewohner in der Einrichtung an 365 Tagen im Jahr rundum wohlfühlen.



Mahlzeiten strukturieren den Alltag und zählen für die Bewohner zu den Höhepunkten des Tages. Dieser hohe Stellenwert erfordert Wertschätzung und Aufmerksamkeit gegenüber jedem einzelnen Bewohner, den Mitarbeitern und ihrer handwerklichen Arbeit sowie den verwendeten Lebensmitteln. Besonders wichtig ist ein gutes Zusammenspiel zwischen Küchen-, Hauswirtschafts- und Pflegepersonal. Eine ehrliche, offene Gesprächskultur und ein gutes Qualitäts- und Beschwerdemanagement tragen dazu bei.

### Verpflegung im Gesamtkonzept

Zu einem seniorengerechten Essen gehört noch mehr als ein den persönlichen Anforderungen angepasstes und schmackhaftes Menü. Einrichtung und Küche wollen mit gutem Essen begeistern. Wer sich seines erweiterten Auftrags und Spielraums bewusst ist, gestaltet mehr als nur den Speiseplan: Attraktive und vorbildliche Seniorenverpflegung überzeugt und schafft Wertschätzung für ein gesundheitsförderliches, biologisches, regionales und saisonales Essen sowie für die Menschen, die es zubereiten und die Lebensmittel erzeugen. Ein Verpflegungsleitbild bringt die einrichtungseigene Philosophie einer guten Verpflegung zum Ausdruck. Die Verankerung im Einrichtungsleitbild ist ein sichtbares Zeichen der Wertschätzung gegenüber der Verpflegung.

### Kommunikation nimmt alle mit

Wer Veränderungen einführen will, muss alle an der Verpflegung Beteiligten mit auf die Reise nehmen und ihre Wünsche und Bedürfnisse ernst nehmen. Bewohner, Angehörige, Entscheidungsträger und alle Mitarbeiter müssen wissen und verstehen, wo und warum Veränderungen sinnvoll oder sogar nötig sind und dass sie selbst davon profitieren: Von gut verpflegten Bewohnern, die sich in der Einrichtung zu Hause fühlen, von einem Küchenteam, das sich den Herausforderungen eines handwerklich anspruchsvollen Speisenangebotes gerne stellt und die Essenswünsche ihrer Essensgäste berücksichtigt und von Mitarbeitern, die die Qualität der Lebensmittel und Speisen schätzen. Denn Wertschätzung betrifft alle und kann nur gelingen, wenn die Kommunikation stimmt – nach innen wie nach außen.

#### Im Fokus

*Alle Beteiligten  
miteinbeziehen*

*Interesse wecken und  
Vertrauen schaffen*

*Einrichtungseigenes  
Verpflegungsleitbild  
erstellen*

*Verpflegung im Einrichtungs-  
leitbild verankern*

*Verpflegung nach innen und  
außen kommunizieren*





### Im Fokus

*Regionale Lebensmittel bevorzugen*

*Saison berücksichtigen*

*Bio-Lebensmittel, möglichst aus der Region, einkaufen*

*Anteile an (bio-)regionaler und/oder Bio-Ware definieren*

*Fische aus bestands-erhaltender Fischerei wählen*

*Auf Tierwohl achten*

*Fair gehandelte Produkte einsetzen*

Von einer nachhaltigen Landwirtschaft profitieren alle: Klima, Böden, Gewässer, Pflanzen, Tiere und Menschen. Nachhaltige Verpflegung stärkt die heimische Ernährungs- und Landwirtschaft. Sie schließt die Aspekte regional, saisonal, biologisch, fairer Handel und Tierwohl ein.

### Fokus auf Regionalität

Es gibt viele gute Gründe, Lebensmittel aus der Region zu beziehen: Sie reichen vom Genussfaktor saisonaler, erntefrischer, voll ausgereifter Lebensmittel bis zur Stärkung der heimischen Wirtschaft und Unterstützung der bayerischen Landwirtschaft. Der Begriff „Regionalität“ bezieht sich auf die Herkunft der Lebensmittel bzw. die Ursprungsproduktion und zielt auf regionale Kreisläufe, möglichst kurze Transportwege und Transparenz ab. Im Sinne dieser Leitlinien gilt grundsätzlich Bayern als Bezugsgröße. Dennoch sollte Regionalität immer auch individuell definiert und Angebote und Besonderheiten der Region rund um die Senioreneinrichtung berücksichtigt werden. Durch die Verwendung regionaler und saisonaler Zutaten ergibt sich das regelmäßige Angebot regionaltypischer Gerichte fast wie von selbst.

### Bio-Produkte gehören dazu

Bio-Zertifizierung und Bio-Siegel stehen für eine Pflanzen- und Tierproduktion, die gesichert den europäischen Mindeststandard für Bio-Produkte erfüllt oder sogar übertrifft. In jede Seniorenverpflegung gehören auch Bio-Lebensmittel, idealerweise aus der Region.

### Mehr Bayern für Bayern

Mit dem Beschluss des Ministerrats vom 13.01.2020 setzt Bayern ein deutliches Zeichen für gelebte Nachhaltigkeit. Ziel ist, in allen staatlichen Kantinen bis 2025 einen monetären Warenanteil an regionalen oder biologischen Produkten von mindestens 50 Prozent zu erreichen.

Auch die Küchen der Gemeinschaftsverpflegung kommunaler und anderer öffentlicher Träger werden unterstützt, ihren regionalen und bioregionalen Warenanteil zu steigern. Produkte mit den Siegeln „Geprüfte Qualität des Freistaates Bayern“ und „Bio-Siegel des Freistaates Bayern“ sind dabei die erste Wahl. Sie gewährleisten eine kontrollierte Kennzeichnung der eingesetzten bayerischen Ware über die gesamte Wertschöpfungskette hinweg.

### Verantwortung übernehmen

Nachhaltigkeit umfasst mehrere Dimensionen. Hier gilt es auf Aspekte des Natur-, Klima- und Umweltschutzes ebenso wie auf das Tierwohl und soziale Aspekte zu achten. Eine gute Orientierung geben hier Regional- und Bio-Siegel oder beim Einkauf von Meeresfischen die Siegel Marine Stewardship Council (MSC) oder Aquaculture Stewardship Council (ASC). Zur Nachhaltigkeit gehört nicht zuletzt, dass Waren aus Entwicklungs- und Schwellenländern unter fairen Bedingungen erzeugt werden. Mit der Entscheidung für fair gehandelte Produkte übernimmt der Einkäufer Verantwortung für eine sozial verträgliche Produktion. Weiterhin ist der schonende Umgang mit Ressourcen zentrales Element nachhaltigen Handelns. Dazu zählt neben der Vermeidung von Lebensmittelverschwendung durch gut strukturierte Speisenplanung, Einkauf und Lagerhaltung auch der energieeffiziente Einsatz von Küchengeräten.



Für die Akzeptanz einer guten Seniorenverpflegung ist es unerlässlich, dass Preis- und Qualitätsansprüche im Einklang stehen, die Kostenstrukturen transparent gemacht werden und auch allen Beteiligten bekannt sind.

## Kosten gehen alle an

An die Seniorenverpflegung werden von allen Beteiligten, allen voran den Bewohnern und ihren Angehörigen, hohe Erwartungen gestellt. Das Essen soll abwechslungsreich sein und gut schmecken, muss aber gleichzeitig auch den verschiedensten Bedürfnissen und Wünschen der Tischgäste entsprechen. Da auch besondere Ernährungssituationen der Bewohner berücksichtigt werden müssen, wird die Verpflegung oft zum Spagat, bei dem es gilt, Qualitätsanforderungen und das durch Verpflegungssätze vorgegebene, oft enge Budget in Einklang zu bringen. Damit die Küche der Einrichtung die Wünsche ihrer Essensgäste erfüllen und gleichzeitig rentabel wirtschaften kann, muss sie die Kosten genau im Blick behalten. Es liegt u. a. in der Verantwortung der Einrichtung, im Rahmen ihrer Möglichkeiten die Voraussetzungen für eine gute und wirtschaftliche Verpflegung zu schaffen.

## Qualität hat ihren Preis

Qualität und Wirtschaftlichkeit gehören auch in der Seniorenverpflegung eng zusammen. Es muss allen Beteiligten klar sein, dass Qualität auch ihren Preis hat. Die Bindung an ein vorgegebenes Budget bietet mitunter keine großen Spannweiten, doch bei einer guten Mischkalkulation, Vermeiden von Lebensmittelresten, Beachten der Portionsgrößen usw. ist ein Einsatz von hochwertigen Lebensmitteln oft möglich. Der Einkauf hochwertiger Lebensmittel und die sorgfältige Zubereitung muss allen Beteiligten etwas wert sein.

## Transparenz weckt Verständnis

Oft ist nicht allen Beteiligten klar, welche Kostenkalkulation der Verpflegung zugrunde liegt und wie die Verpflegungssätze strukturiert sind. Wenn alle Faktoren benannt werden, die letztendlich den Preis bestimmen und was davon mit dem Essenspreis abgedeckt wird, können alle Beteiligten Verständnis dafür entwickeln, dass Qualität kostet, sich aber auch rechnet.

## Im Fokus

*Verpflegungskosten  
vollständig erfassen*

*Kostenstrukturen  
transparent machen*

*Einsparmöglichkeiten  
prüfen*

*Qualität und Verpflegungs-  
satz aufeinander  
abstimmen*

*Rahmenbedingungen  
aufzeigen und nutzen*





# Praktische Orientierungshilfen

Wer „Ja“ zu den Leitgedanken sagt, will diese auch im Alltag umsetzen. Die folgenden Seiten bieten Orientierungshilfen und zeigen, wie dies praxisnah gelingen kann. Fünf Bereiche, in denen Träger, Einrichtungsleitung, Leitungen der Küche, Hauswirtschaft und Pflege sowie der Heimbeirat im Hinblick auf die Qualität der Verpflegung maßgebliche Entscheidungen treffen, sind definiert.

Die Orientierungshilfen geben allen Verantwortlichen und Beteiligten der Seniorenverpflegung dazu praktische Tipps und Anregungen:

- > Rahmen gestalten
- > Ausgewogen verpflegen
- > Verantwortungsvoll einkaufen
- > Kosten aufzeigen
- > Erfolgreich kommunizieren

# Rahmen gestalten

## Gemeinsam auf dem Weg

Jede Senioreneinrichtung in Bayern hat unterschiedliche Rahmenbedingungen. Für eine gute Seniorenverpflegung gibt es daher keine pauschale Vorgehensweise, vielmehr sind individuelle Verpflegungslösungen notwendig.

### Verantwortlichkeiten festlegen

Wichtig ist, innerhalb der Senioreneinrichtung einen Verpflegungsbeauftragten zu benennen, der Schnittstellenmanager zwischen allen Beteiligten und erster Ansprechpartner rund um das Thema Verpflegung ist. Der Verpflegungsbeauftragte kann die Entwicklungen steuern, Beteiligte immer wieder zusammenführen und ein funktionierendes Essensgremium etablieren.

Ein Essensgremium bietet eine Plattform, die Ausrichtung der Seniorenverpflegung gemeinsam festzulegen, Fragen und Herausforderungen zu diskutieren und Lösungen zu finden. Mitglieder sind Vertreter von Einrichtungs-, Küchen-, Hauswirtschafts- und Pflegeleitung sowie Bewohnervertretung/Heimbeirat und Träger. Sie treffen sich zu regelmäßigen Besprechungen rund um das Thema Verpflegung.

### Verpflegungsleitbild und -konzept entwickeln

Ideal ist es, ein eigenes Verpflegungsleitbild zu definieren, das Teil des Einrichtungsleitbildes ist und das Verständnis einer guten Seniorenverpflegung zusammenfasst. Eine Grundlage für die Erstellung eines Leitbildes bieten die Bayerischen Leitlinien Seniorenverpflegung. Mithilfe des Leitbildes kann der Stellenwert der Seniorenverpflegung innerhalb der Einrichtung, aber auch nach außen kommuniziert und als Qualitätsmerkmal der Senioreneinrichtung genutzt werden.

Das Verpflegungsleitbild spiegelt die zentralen Werte der Senioreneinrichtung hinsichtlich der Verpflegung wider. Die detaillierte Umsetzung der im Verpflegungsleitbild beschriebenen Grundgedanken wird im Verpflegungskonzept durch konkrete Maßnahmen ergänzt. Das Verpflegungskonzept beantwortet Fragen, die rund um die Verpflegung auftauchen. Gleichzeitig dient es als Grundlage für die Arbeit der Küche.

Wertschätzung für ein modernes und anspruchsvolles Verpflegungskonzept entsteht nur dann, wenn alle Beteiligten einbezogen werden, das Konzept kennen und umsetzen. Es bildet die Basis für eine Kommunikation nach allen Seiten und macht die Qualität der Verpflegung sichtbar.

### Gemeinsame Ziele verfolgen

Wenn alle Beteiligten motiviert sind, die Seniorenverpflegung zu optimieren, ist das der Schlüssel zum Erfolg. Veränderungen können am besten angestoßen werden, wenn das Essensgremium die Zielrichtung gemeinsam festlegt und verfolgt. Schritt für Schritt lassen sich einzelne oder mehrere Ziele im Rahmen der Möglichkeiten realisieren.

### Qualitätskriterien festlegen

Im Verpflegungsleitbild und -konzept der Senioreneinrichtung sind die Ansprüche an die Verpflegung in der Einrichtung festgelegt. Daraus lassen sich konkrete Qualitätskriterien für die Verpflegung ableiten. Falls die Einrichtung über keine eigene Küche verfügt, dienen diese bei einer Ausschreibung der Verpflegungsleistung als Grundlage für die Erstellung der Leistungsbeschreibung. Denn nicht nur der Preis, sondern auch die Angebotsqualität sollte über die Wahl des Speisenanbieters entscheiden. Hilfe bei der Erstellung der Vergabeunterlagen bietet der Wegweiser „Vergabe von Verpflegungsleistungen“.

### Qualitätssicherung etablieren

Wichtig ist es, die Einhaltung der festgelegten Kriterien zu überprüfen. Dabei ist es hilfreich, Feedbacksysteme, Berichtspflichten oder Audits zu vereinbaren. In turnusmäßigen Besprechungen der verschiedenen Bereiche (Küche, Hauswirtschaft und Pflege) können aktuelle Entwicklungen und Herausforderungen diskutiert werden. Kontinuierliche Absprachen zwischen allen Beteiligten sind die Voraussetzung für reibungslose Abläufe im Alltag, denn erst Transparenz ermöglicht gegenseitiges Verständnis. Eine gute und umfassende Kommunikation sorgt dafür, dass Qualität wahrgenommen und geschätzt wird. Auch die Bewohner sollten miteinbezogen werden und die Feedbacksysteme an deren Möglichkeiten und Fähigkeiten angepasst werden, z. B. über Smiley-Fragebögen oder regelmäßige Gesprächsrunden mit dem Küchenteam und dem Essensgremium.



#### Speisen- und Getränkeangebot

- > Lebensmittelhäufigkeiten und -qualitäten
- > Speisen- und Getränkeauswahl
- > Besondere Ernährungssituationen
- > Essbiografie

#### Lebensmittelherkunft

- > Regionalität
- > Ökologie
- > Saisonalität

#### Rahmenbedingungen

- > Raumsituation
- > Essenszeiten
- > Verpflegungssystem
- > Ausgabesystem

### Inhalte eines Verpflegungskonzepts

#### Kommunikation

- > Kommunikation mit Bewohnern und Angehörigen
- > Kommunikation zwischen Küche, Hauswirtschaft und Pflege
- > Essensgremium
- > Öffentlichkeitsarbeit
- > Verantwortlichkeiten
- > Lob- und Beschwerdemanagement

#### Abläufe

- > Rituale und Gewohnheiten
- > Betreuung während des Essens
- > Unterstützung bei der Menüauswahl
- > Schnittstellen zwischen den Beteiligten

#### Qualitätssicherung

- > Hygienemanagement
- > Schulung
- > Allergenmanagement

#### Weiterführende Informationen:

Vergabe von Verpflegungsleistungen –  
 Qualitätsstandards verankern  
[www.kern.bayern.de/vergabewegweiser](http://www.kern.bayern.de/vergabewegweiser)



# Rahmen gestalten

## Essen schafft Zuhause

### Raum zum Essen

Die Mahlzeiten sind oft die Höhepunkte des Tages. Daher ist auch der Raum, in dem diese Mahlzeiten stattfinden, von besonderer Bedeutung. Im Idealfall bietet dieser eine entspannte Atmosphäre sowie Raum für Gespräche und lädt zum Verweilen ein. Licht- und Farbwahl sowie die Möblierung sind eine Voraussetzung für eine gemütliche Essumgebung. Die Anordnung der Tischgruppen kann die Essatmosphäre erheblich auflockern. Lärmschutzdecken, Vorhänge, Pflanzen oder Raumteiler sind wirkungsvolle Lärmschutzmaßnahmen. Durch eine individuelle Essplatzgestaltung und angenehme Tischnachbarn wird der Genuss mit allen Sinnen möglich. Dafür ist die Essumgebung ansprechend und zusammen mit den Bewohnern zu gestalten. Sauberkeit und Ordnung sind selbstverständlich, ohne dabei den Eindruck klinischer Sterilität zu wecken.

### Zeit zum Essen

Grundsätzlich haben alle Bewohner die Möglichkeit, ihre Mahlzeiten selbstständig zu verzehren. Eine Voraussetzung hierfür ist, dass ausreichend Zeit zur Verfügung steht. Es wird darauf geachtet, dass während der Essenszeiten keine anderen Aktivitäten stattfinden, die die Bewohner

von den Mahlzeiten ablenken oder fernhalten. Durch die Reduzierung unerwünschter Ablenkungen entsteht eine entspanntere, ruhigere Atmosphäre während der Mahlzeiten.

Auch außerhalb der Essenszeiten sind Mahlzeiten auf Wunsch möglich. So kann ein Stück selbstbestimmtes Leben auch in einer stationären Einrichtung erhalten bleiben. Die Entscheidungsfreiheit der Bewohner in Bezug auf ihre Ernährung soweit wie möglich und möglichst lange zu erhalten, ist von hohem Wert.

### Unterstützung beim Essen

Bei Bewohnern, die auf Unterstützung beim Essen und Trinken angewiesen sind, ist es wichtig, für das Essen ausreichend Zeit einzuplanen und dem Tischgast mitzuteilen, was er gerade isst oder trinkt – besonders dann, wenn es sich um pürierte Speisen und Getränke (Smoothies) handelt. Das Anreichen des Essens sollte auf Augenhöhe und, wenn möglich, durch vertrautes Personal stattfinden. Erleichtert wird das Essen durch eine möglichst aufrechte Körperhaltung.

## Anregungen für die Essatmosphäre

Sorgen Sie für ein angemessenes Raumklima. Denken Sie an Belüftung, Temperatur, Licht und Akustik.

Vermeiden Sie eine sterile oder klinische Atmosphäre.

Schaffen Sie eine angenehme Essumgebung. Achten Sie auf eine helle und freundliche Raumgestaltung.

Gestalten Sie den Essplatz kontrastreich, z. B. durch unterschiedliche Farben von Tisch, Tischset und Teller.

Decken Sie den Essplatz bedarfs- und bedürfnisgerecht vollständig ein und stellen Sie bedarfsgerechtes Besteck und Geschirr zur Verfügung, z. B. Ess- und Trinkhilfen.

Verwenden Sie ggf. farbige Gläser für farblose Getränke.

Gestalten Sie saisonale Tischdekorationen. Bedenken Sie dies auch für den Tablett- oder Zimmerservice.

Sorgen Sie für ausreichende Abstell- und Bewegungsflächen für Mobilitätshilfen.

Stellen Sie bedarfsgerechtes Mobiliar bereit, z. B. erhöhte Tische oder Stühle mit Rücken- oder Armlehnen und fester Sitzfläche, die von den Bewohnern selbst bewegt werden können.

Achten Sie bei den Mahlzeiten darauf, dass ausreichend Zeit für das Essen zur Verfügung steht.

Stellen Sie während der Essenszeiten die Ansprechbarkeit des Personals sicher.

Bieten Sie Unterstützung und Hilfe an.

Ermöglichen Sie Ersatzmahlzeiten, wenn Mahlzeiten ausgelassen werden.

Stellen Sie außerhalb der Hauptmahlzeiten (Frühstück, Mittagessen, Abendessen) Getränke und Zwischenmahlzeiten zur Verfügung.

Achten Sie auf kontrastreiche Gerichte.



### Man kennt sich

Nicht nur die Mitarbeiter in der Pflege, sondern auch die Küchenmitarbeiter sollten regelmäßig den persönlichen Kontakt zu den Bewohnern suchen. Durch gemeinsame Gespräche lernt das Küchenpersonal seine Tischgäste und deren Bedürfnisse kennen und umgekehrt lernen die Bewohner die Küchenmitarbeiter kennen. Dies kann entscheidend zur Motivation der Mitarbeiter beitragen. Aber auch die Wertschätzung der Mahlzeiten und die dahinterstehende Mühe der Küchenmitarbeiter kann ein Gemeinschaftsgefühl in der Senioreneinrichtung erzeugen. Dies vereinfacht auch die aktive Teilhabe der Bewohner an verschiedenen Aktionen rund um die Verpflegung.

### Aktive Beteiligung der Bewohner

Auch oder gerade im Alter strukturieren Mahlzeiten den Tag. Lange Jahre war die Essenszubereitung für viele Bewohner ein wesentlicher Bestandteil des Tagesablaufs. Jeder Bewohner bringt persönliche Gewohnheiten, seine eigene (Ess-)Biografie, regionale Traditionen oder ethische sowie religiöse Bräuche mit in die Einrichtung. Mit jeder Mahlzeit und ihren typischen Gerüchen oder den Geräuschen der Zubereitung werden Erinnerungen und auch Erwartungen verbunden, die den Appetit anregen und die Freude der Bewohner auf die Mahlzeit steigern können. Daher ist es wünschenswert, sie bei der Gestaltung des Speiseplans, in Kochgruppen, beim gemeinsamen Backen oder durch die Zubereitung kleiner Speisen am Bewohnerbett aktiv teilhaben zu lassen, wenn sie dies wünschen. Soweit es möglich ist, sollten die Wünsche einzelner Bewohner nach individualisierten Gerichten oder nach flexiblen Essenszeiten erfüllt werden. Zudem sollte sowohl das Essen in Gesellschaft als auch allein im Zimmer möglich sein. Zu berücksichtigen ist, dass sich gerade bei Menschen mit Demenz solche Vorlieben ständig ändern können.

Auch in die Dekoration des Speiseraums können die Bewohner einbezogen werden. Diese kann auf die Jahreszeiten, auf Feiertage sowie bestimmte Aktionen abgestimmt sein und bietet eine gute Gelegenheit, das Essen ins Gespräch zu bringen.

Neujahr, Fasching, Ostern, Weihnachten oder Geburtstage – Feste und Feiertage gehören nicht nur fest zum Jahresverlauf, es werden damit auch typische Gerichte und Speisen verbunden. Diese Anlässe geben nicht nur die Gelegenheit, den Bewohnern etwas Besonderes zu bieten, sondern liefern auch viel Gesprächsstoff. Die Senioren können in die Planung und Vorbereitung einbezogen werden und dabei ihre Wünsche und Anregungen einbringen. Bei einer besonderen Mahlzeit kommt man leicht mit ihnen ins Gespräch darüber, wie das betreffende Ereignis früher gefeiert wurde.

Die aktive Mitwirkung unter Berücksichtigung der jeweiligen Essbiografie lässt die Bewohner die Verpflegung gemeinsam mit den Mitarbeitern der Senioreneinrichtung erleben und steigert ihre Lebensqualität. Durch ihre Beteiligung an grundsätzlichen Entscheidungen und Prozessen rund um die Verpflegung kann die Akzeptanz und Wertschätzung des Verpflegungsangebotes erhöht werden.

### Arbeitsatmosphäre

Für die Mitarbeiter ist die Senioreneinrichtung ihr Arbeitsplatz, für die Bewohner ist es jedoch ihr Zuhause. Im stressigen Arbeitsalltag lassen sich kleinere Reibereien und Unstimmigkeiten nicht immer vermeiden. Wo allerdings ständig Spannung und ein rauer Umgangston unter und mit den Mitarbeitern herrschen, kommt bei diesen keine Arbeitsfreude und Motivation auf und die Bewohner können sich schwer zu Hause fühlen.

Ein wertschätzender Umgang mit allen Mitarbeitern, ein offenes Ohr für Sorgen und Konflikte sind daher Voraussetzungen für eine gute Arbeitsatmosphäre. Auch eine ausreichende Besetzung und Qualifizierung der Mitarbeiter sind erforderlich. Zudem ist es wichtig, für eine gute Kommunikationskultur zwischen allen Bereichen, z. B. Küche, Hauswirtschaft und Pflege zu sorgen.

# Rahmen gestalten



## Anregungen für die Partizipation

Binden Sie die Bewohner in die Speisenplanung ein.

Beziehen Sie die Bewohner in die Speisenzubereitung mit ein, z. B. Schälen von Gemüse oder Kartoffeln, Kuchen oder Plätzchen backen, einen Obstsalat zubereiten oder Säfte pressen. Auch bei Planung, Einkauf oder Zubereitung können Bewohner einbezogen werden und Teilaufgaben selbst übernehmen.

Erleichtern Sie die Mitwirkung aller Bewohner an der Speisenzubereitung durch barrierefreie Küchenzeilen in den Wohnbereichsküchen.

Ermöglichen Sie die Zubereitung oder die Fertigstellung der Speisen in den Wohnbereichen oder am Bewohnerbett (mobile Küche). Gerüche und Geräusche regen den Appetit an.

Bieten Sie bei der Speisenausgabe die Möglichkeit zum eigenständigen Schöpfen und Portionieren. So können die Bewohner Portionsgröße und Zusammenstellung je nach Hunger und Vorlieben selbst bestimmen.

Zeigen und erklären Sie dem Tischgast, was es gibt, bevor Sie das Gericht servieren. Präsentieren Sie die Menüs zusätzlich in einer Vitrine.

Ermöglichen Sie möglichst lange selbstständiges Essen durch den Einsatz von Hilfsmitteln wie Ess- und Trinkhilfen.

Berücksichtigen Sie bei der Essenssituation, dass benötigte persönliche Hilfsmittel zur Verfügung stehen und genutzt werden, z. B. eingelegetes Gebiss, saubere Brille, eingesetzte Hörgeräte.

Laden Sie Angehörige zum Probeessen ein.



## Professionelles Arbeiten sichert Qualität

Um in der Senioreneinrichtung eine gesundheitsförderliche, bedarfs- und bedürfnisgerechte sowie nachhaltige Verpflegung bereitstellen zu können, bedarf es einer einschlägigen berufsfachlichen Qualifikation. Das Personal nimmt in Senioreneinrichtungen eine Schlüsselrolle ein. Unachtsamkeit in der Speisenproduktion können vor allem bei besonders empfindlichen Personen schwere gesundheitliche Folgen haben.

Gefordert sind unter anderem Kenntnisse und Fertigkeiten in der Planung und Zubereitung von Mahlzeiten, in den lebensmittelrechtlichen Bestimmungen, im Hygienemanagement, in der Kostenkalkulation, in der Mitarbeiterführung und nicht zuletzt in der Gestaltung des Speisen- und Getränkeangebots für Essensgäste mit besonderen Anforderungen an die Verpflegung.

Nur durch kontinuierliche Schulung und Qualifizierung im Bereich Verpflegung wird eine hohe, gleichbleibende Qualität gefördert und sichergestellt. Das Personal sollte immer auf dem aktuellen Wissensstand sein, z. B. hinsichtlich lebensmittelrechtlicher Vorschriften und ernährungsphysiologischer Grundlagen. Der Träger kann durch die Bereitstellung von Fachmaterialien und durch Fortbildungsangebote unterstützen und dadurch helfen, die Verpflegung zu optimieren. Dies erhöht die Qualifikation und Motivation der Mitarbeiter, sich mit neuen Ideen in der Senioreneinrichtung einzubringen. Möglichkeiten zur Fortbildung und zum kollegialen Erfahrungsaustausch bieten z. B. die Ansprechpartner für die Gemeinschaftsverpflegung an den Ämtern für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten in Bayern.

### Gesetzliche Hygienevorschriften

Ein umfassendes Hygienemanagement ist Pflicht. Als Lebensmittelunternehmer muss die Senioreneinrichtung dafür sorgen, dass Lebensmittel und Speisen, die in der Einrichtung ausgegeben werden, gesundheitlich unbedenklich und hygienisch einwandfrei sind. Diese Verantwortung des Lebensmittelunternehmers ist in der Lebensmittelhygieneverordnung (LMHV) festgeschrieben. Die Vorschriften gelten für alle Einrichtungen der Seniorenverpflegung, unabhängig von ihrer Größe und vom Verpflegungssystem. Dabei ist es nicht relevant, ob es sich um kleine Selbstversorgerküchen handelt, in denen Speisen zubereitet werden, oder die Mahlzeiten von einem externen Speisenanbieter angeliefert und lediglich in der Einrichtung verteilt werden. Jede Senioreneinrichtung muss für sich ermitteln, welche Hygienrisiken bei ihrer Essensversorgung auftreten können und gegebenenfalls in Rücksprache mit der

Lebensmittelüberwachungsbehörde ein ihrem Versorgungssystem angepasstes Eigenkontrollsystem (HACCP-Konzept) zusammenstellen. Die Hygiene muss bei allen Prozessen – von der Zubereitung bis zur Ausgabe – gewährleistet sein. Die Lager-, Transport- und Ausgabemperaturen müssen z. B. mindestens 60 °C bei warmen Speisen und dürfen maximal 7 °C bei kalten Speisen betragen.

Das Infektionsschutzgesetz § 43 Abs. 4 verpflichtet Arbeitgeber dazu, die Mitarbeiter alle zwei Jahre zum Infektionsschutz zu belehren. Außerdem müssen Mitarbeiter, die Lebensmittel bzw. Speisen herstellen, behandeln oder ausgeben, regelmäßig (mindestens einmal jährlich) zur Lebensmittelhygiene geschult werden.

Unterstützung bei Fragen hinsichtlich Lebensmittelhygiene und Infektionsschutz bieten die zuständigen Kreisverwaltungsbehörden.

Weiterhin gelten für die Seniorenverpflegung gesetzliche Kennzeichnungsvorschriften. Diese regeln unter anderem die Deklaration von Allergenen sowie Zusatzstoffen.

---

### Weiterführende Informationen:

*Bayerisches Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit – Bayerischer Rahmenhygieneplan für Infektionsprävention in stationären Einrichtungen für ältere Menschen und pflegebedürftige Volljährige*  
[www.lgl.bayern.de](http://www.lgl.bayern.de)

*Bundesinstitut für Risikobewertung „Sicher verpflegt – Besonders empfindliche Personengruppen in Gemeinschaftseinrichtungen“*  
[www.bfr.bund.de](http://www.bfr.bund.de)



# Ausgewogen verpflegen

## Von allem etwas – Ein optimales Gesamtangebot

Mit einem ausgewogenen, vielseitigen und vollwertigen Angebot kommen die Bewohner gut durch den Tag. Die folgende Übersicht zeigt Anregungen für eine optimale Auswahl an Lebensmitteln im Rahmen einer gesundheitsförderlichen und nachhaltigen Verpflegung.



GETREIDE, GETREIDEPRODUKTE, KARTOFFELN	GEMÜSE, SALAT, HÜLSENFRÜCHTE	OBST
---	---------------------------------	------

### OPTIMALE WAHL

<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Vollkornprodukte</li> <li>&gt; Kartoffeln, roh oder vorgegart</li> <li>&gt; Pseudogetreide</li> <li>&gt; Parboiled Reis oder Naturreis</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Gemüse, frisch oder tiefgekühlt, als Rohkost oder gegart</li> <li>&gt; Salate</li> <li>&gt; Hülsenfrüchte</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Obst, frisch oder tiefgekühlt – ohne Zucker und Süßungsmittel</li> <li>&gt; Nüsse, ungesalzen</li> <li>&gt; Ölsaaten</li> </ul>
---	--	---

### BEISPIELE FÜR DIE PRAXIS

<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Vollkornbrot, -semmeln oder -toast</li> <li>&gt; Vollkornnudeln (ggf. gemischt mit klassischen Nudeln) als Hauptgericht oder Beilage</li> <li>&gt; Vollkornpizza oder -pfannkuchen</li> <li>&gt; Gebäck (Kuchen, Kekse, Waffeln) mit Vollkornmehl</li> <li>&gt; Bulgur-, Couscoussalate, Hirse-auf-lauf, Getreidebratlinge, Polenta-schnitten</li> <li>&gt; Kartoffeln, bevorzugt als Pell- oder Salzkartoffeln</li> <li>&gt; Pseudogetreide, z. B. Quinoa, Buchweizen anteilig als Mehl, in Desserts, als Beilage</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Gemüsesticks mit verschiedenen Dips</li> <li>&gt; Gemüsesuppen</li> <li>&gt; Verschiedene Gemüsearten in Gemüsepfannen, Wraps, Currys, Bowls usw.</li> <li>&gt; Hülsenfrüchte als Eintopf oder Salat</li> <li>&gt; Hülsenfrüchte in Bratlingen, Aufstrichen oder Dips, z. B. Hummus</li> <li>&gt; Hülsenfrüchte in Form von Mehl zur Anreicherung von Speisen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Obst im Dessert (ggf. püriert als Fruchtspiegel)</li> <li>&gt; Obst als Stückware oder geschnitten</li> <li>&gt; Obstsalat oder Obstspieße</li> <li>&gt; Attraktiver Obstkorb</li> <li>&gt; Smoothies oder Obst-Shakes</li> <li>&gt; Nüsse oder Ölsaaten als Topping auf Salaten oder Desserts</li> <li>&gt; Nüsse oder Ölsaaten in Gerichten, Gebäck und Desserts (ggf. in gemahlener Form oder als Mus)</li> </ul>
---	--	--



### Weiterführende Informationen:

*DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung mit „Essen auf Rädern“ und in Senioreneinrichtungen*

[www.fitimalter-dge.de](http://www.fitimalter-dge.de)



## MILCH UND MILCHPRODUKTE

## FLEISCH, WURST, FISCH

## ÖLE UND FETTE

## GETRÄNKE

### OPTIMALE WAHL

- > Milch, Naturjoghurt, Buttermilch, Dickmilch, Kefir: max. 3,8 % Fett absolut
- > Speisequark: max. 5 % Fett absolut – jeweils ohne Zucker und Süßungsmittel
- > Käse: max. 30 % Fett absolut

- > Mageres Muskelfleisch
- > Fleisch- und Wurstwaren als Belag: max. 20 % Fett
- > Süßwasser- und Seefische

- > Rapsöl als Standardfett
- > Lein-, Walnuss-, Soja-, Olivenöl
- > Margarine aus den genannten Ölen
- > Butter

- > Wasser
- > Früchte-, Kräutertee, grüner und schwarzer Tee – jeweils ohne Zucker und Süßungsmittel

### BEISPIELE FÜR DIE PRAXIS

- > Desserts wie Joghurt- oder Quarkspeisen (wenig gesüßt)
- > Aufläufe, Dressings, Dips, Suppen und Soßen

- > Magere Fleischteile für Braten, Geschnetzeltes oder Hackfleisch
- > Reduzierter Fleischanteil in Gerichten
- > Fettreiche Fische, z. B. Hering, Lachs, Makrele
- > Heimische Fische, z. B. Karpfen, Saibling, Forelle
- > Kreative Fischgerichte, z. B. Fischpfanne, -lasagne, -pflanzerl

- > Rapsöl zum Braten
- > Butter zum Verfeinern von Gerichten
- > Öle für Salatdressing
- > Öle aus heimischer Erzeugung
- > Hochwertige pflanzliche Öle zur Anreicherung von Speisen

- > Trink- und Mineralwasser
- > Trinkwasserspender zur Selbstversorgung
- > Wasserkrüge auf den Tischen
- > Wasser mit einem Spritzer Zitronensaft, frischem Ingwer oder Minze
- > Ungesüßte Getränke, auch in den Automaten

Quelle: modifiziert nach „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung mit „Essen auf Rädern“ und in Senioreneinrichtungen“, 1. Auflage, 2. korrigierter und aktualisierter Nachdruck, Bonn, 2023, 34 ff

# Ausgewogen verpflegen



## Ausgewogen und schmackhaft

Gutes und geschmackvolles Essen ist und bleibt auch im Alter ein wichtiger Teil der Lebensqualität. Dabei müssen „lecker“ und „gesund“ nicht im Widerspruch stehen. Kreative gesundheitsförderliche Gerichte zeigen den Bewohnern, dass Genuss und Gesundheit sowie Freude am Essen Hand in Hand gehen. Die Grafik stellt die

empfohlenen Lebensmittelhäufigkeiten für die Vollverpflegung in sieben Verpflegungstagen sowohl für Mischkost, als auch für eine ovo-lacto-vegetarische Kost dar.

» Mehr dazu:  
Speiseplancheck Senioren  
[www.kern.bayern.de/wissenstransfer](http://www.kern.bayern.de/wissenstransfer)

## Wochen-Speisenplanung – was und wie oft?

### Getreide, Getreideprodukte, Kartoffeln

- > Mind. 21 x (mind. 3 x täglich)  
Davon mind. 14 x Vollkornprodukte und max. 2 x Kartoffelerzeugnisse

### Gemüse, Salat, Hülsenfrüchte

- > 21 x (3 x täglich)  
Davon mind. 7 x Rohkost und mind. 2 x Hülsenfrüchte

### Obst

- > 14 x (2 x täglich)  
Davon mind. 7 x frisch oder tiefgekühlt ohne Zucker oder Süßungsmittel und mind. 3 x Nüsse oder Ölsaaten

### Fleisch, Wurst, Fisch

- > Mind. 2 x bis max. 3 x Fleisch/Wurstwaren in der Mittagsverpflegung, davon mind. die Hälfte mageres Muskelfleisch
- > 1–2 x Fisch, davon mind. 1 x fettreicher Fisch

Fleisch, Wurst und Fisch entfallen bei ovo-lacto-vegetarischer Kost

### Milch und Milchprodukte

- > Mind. 14 x (mind. 2 x täglich)

In 7 Tagen  
gibt es

Quelle: modifiziert nach „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung mit „Essen auf Rädern“ und in Senioreneinrichtungen“, 1. Auflage, 2. korrigierter und aktualisierter Nachdruck, Bonn, 2023, 48 f



# Ausgewogen verpflegen

## Besondere Anforderungen an die Verpflegung

Die wenigsten älteren Menschen bringen „optimale“ Essgewohnheiten mit. Eine gesundheitsförderliche Ernährung sollte immer ermöglicht und gefördert, aber nie „erzwungen“ werden.

### Gesundheitsförderliches Angebot

In der Regel sinkt der Energiebedarf mit zunehmendem Alter, der Nährstoffbedarf bleibt dagegen gleich oder steigt. Ein nährstoffreiches Angebot ist daher vor allem im Alter wichtig. Nährstoffreiche Lebensmittel wie Gemüse, Obst, Hülsenfrüchte, Vollkornprodukte, Ölsaaten und Nüsse oder Milchprodukte sollten sich daher – den individuellen Anforderungen entsprechend dargereicht – regelmäßig im Speisenangebot wiederfinden.

Im Alter können viele gesundheitliche Einschränkungen auftreten. Betreffen sie die Ernährung, so muss individuell auf diese besonderen Anforderungen eingegangen werden.

Dazu gehören z. B.:

- > Mangelernährung
- > Kau- und Schluckstörungen
- > Demenzerkrankungen
- > Diabetes mellitus
- > Allergien / Unverträglichkeiten

### Individualität

Neben gesundheitlichen Einschränkungen müssen auch die individuellen Bedürfnisse und Bedarfe des einzelnen Bewohners berücksichtigt werden. Dazu gehören zum Beispiel religiös und ethisch begründete Kostformen. Durch individualisierte und flexible Angebote kann so lange wie möglich eine selbstständige und genussvolle Ernährung ermöglicht werden.

Folgende Angebote helfen dabei:

- > Wunschkost
- > Fingerfood
- > Konsistenzangepasste Kost (z. B. Smooth Food)
- > Optimierte Nährstoffdichte – Verbesserung durch Anreicherung mit natürlichen Zutaten

In der Küche ausgehängte Listen über Vorlieben, Abneigungen und Unverträglichkeiten der einzelnen Bewohner, die im Rahmen der Essbiografie erhoben wurden, können im Alltag die individuelle Anpassung des Speiseplans erleichtern.

Inzwischen gibt es eine Vielzahl an Möglichkeiten, z. B. konsistenzangepasste Nahrung attraktiv zu gestalten, die „Einheitsbrei“ vergessen machen.





## Empfindliche Personengruppen

Ältere Menschen gehören laut Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) zu den besonders empfindlichen Personengruppen. Daher ist es wichtig, zusätzlich zu den allgemeingültigen auch spezielle hygienische Anforderungen zu berücksichtigen. Sowohl tierische als auch einige pflanzliche Lebensmittel können mit Krankheitserregern (Bakterien, Viren oder Parasiten) belastet sein. Für empfindliche Personen kann dies unter Umständen eine Gesundheitsgefährdung darstellen. Dies erfordert eine besondere hygienische Sorgfalt.

Folgende rohe und verzehrfertige Lebensmittel sollten an besonders empfindliche Personengruppen nur abgegeben werden, sofern sie kurz vor der Ausgabe ausreichend erhitzt wurden:

- > Rohmilch (Abgabeverbot gemäß § 17 Tier-LMHV)
- > unter Verwendung von Rohmilch hergestellte Produkte
- > Käse aus Rohmilch mit Ausnahme von mindestens 6 Monate gereiftem Hartkäse (z. B. Parmigiano Reggiano, Grana Padano)
- > Sauermilchkäse und Weichkäse aus pasteurisierter Milch, der mit Oberflächenschmiere (Gelb- und/oder Rotschmiere) hergestellt wurde (z. B. Harzer, Mainzer, Ölmützer Quargel, Limburger, Munster)
- > im GV-Betrieb selbst hergestelltes Speiseeis
- > nicht durchgegartes Fleisch oder Geflügel (z. B. Steak, rosa Entenbrust, Carpaccio)
- > rohe Hackfleischzubereitungen (z. B. frisches Mett, Hackepeter, Tatar)
- > streichfähige, schnell gereifte Rohwürste (z. B. frische Mettwurst, Teewurst, Braunschweiger)
- > mit Rohei hergestellte Speisen, wenn das Herstellungsverfahren die Abtötung von Salmonellen vor der Abgabe nicht sicherstellt (Abgabeverbot gemäß § 20a Tier-LMHV)
- > roher Fisch und rohe Meerestiere (z. B. Sushi, Sashimi, Austern)
- > geräucherte oder gebeizte Fischereierzeugnisse (z. B. Räucherlachs, Stremellachs, geräucherte Forelle, Räuchermakrele, Graved Lachs)
- > Sprossen/Keimlinge
- > Tiefkühlbeeren
- > Tiefkühlgemüse
- > Getreidemehle und Teige daraus



## Weiterführende Informationen:

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.  
[www.fitimalter-dge.de](http://www.fitimalter-dge.de)



Bayerisches Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit – Bayerischer Rahmenhygieneplan für Infektionsprävention in stationären Einrichtungen für ältere Menschen und pflegebedürftige Volljährige  
[www.lgl.bayern.de](http://www.lgl.bayern.de)

Hinweise des Bundesinstituts für Risikobewertung (BfR)  
[www.bfr.bund.de](http://www.bfr.bund.de)

# Ausgewogen verpflegen

## Abwechslungsreich und individuell

Je abwechslungsreicher das Gesamtangebot, desto zufriedener sind die Gäste. Aber natürlich kann nicht jeder individuelle Wunsch berücksichtigt werden. Ein vielseitiger und abwechslungsreicher Speiseplan und wählbare Komponenten eröffnen aber die Möglichkeit, dass alle Essensgäste an den Mahlzeiten teilnehmen können. Ein solches Speisenangebot berücksichtigt auch kulturspezifische und religiöse Vorlieben der Gäste sowie Nahrungsmittelunverträglichkeiten.

### Typisch bayerisch – regionale Speisen

Altbayerische Kartoffelsuppe, Bayerischer Schweinebraten, Tafelspitz oder Schupfnudeln mit Kraut – traditionelle bayerische Gerichte sind Teil der Esskultur und gehören auf jeden Speiseplan. Doch auch regional unterscheiden sich die typischen Speisen – ob Allgäuer Kässpätzten, Fränkischer Sauerbraten, Aischgründer Karpfen, Oberpfälzer Blotz oder die jeweils regionale Bratwurst – Typisches aus der Region sollte in das Gesamtangebot einfließen. Auch Regionaltypisches kann gesundheitsförderlich, bedarfs- und bedürfnisgerecht für ältere Menschen angepasst werden, z. B. Kaiserschmarrn anteilig mit Vollkornmehl zubereiten, Apfelmus selbst herstellen und/oder einen Salat oder eine Gemüsesuppe dazu reichen.

Wichtig ist auch der Blick auf das saisonale Angebot: Was je nach Jahreszeit bei uns wächst, hat auch früher schon zu dem einen oder anderen Rezept inspiriert.

### Essbiografie

Dabei spielt die Herkunft der Bewohner und deren Essbiografie selbstverständlich eine bedeutende Rolle. In regelmäßigen Speiseplanbesprechungen oder persönlichen Gesprächen sollten daher die Wünsche der Bewohner abgefragt und in der Planung berücksichtigt werden. Wachsende Bedeutung erfahren auch die kulturspezifischen und regionalen Essgewohnheiten anderer Kulturkreise.



---

### Weiterführende Informationen:

Rezeptkartensammlung aus dem Coaching  
Seniorenverpflegung:

[www.kern.bayern.de/wissenstransfer](http://www.kern.bayern.de/wissenstransfer)





## Anregungen für die Speisenplanung

Bieten Sie zu allen Mahlzeiten mindestens eine vegetarische Alternative an.

Heben Sie Ihre regionalen Schätze hervor, indem Sie regionsspezifische Gerichte anbieten und/oder regional erzeugte Produkte verwenden.

Greifen Sie auch auf Rezepturen aus den Essbiografien zurück.

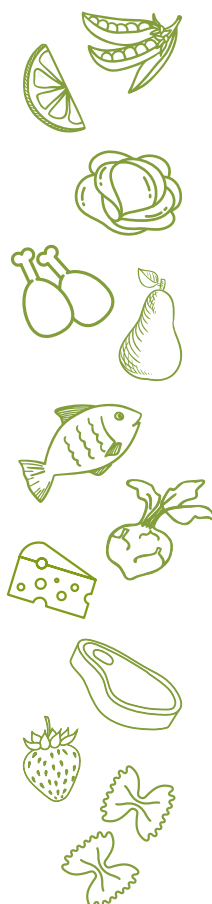
Bieten Sie verschiedene saisonale Gemüse- und Obstsorten an.

Stellen Sie die Gerichte entsprechend der Jahreszeit zusammen und planen Sie saisonale Aktionen, wie Spargelwochen, Zwetschgentage usw.

Beachten Sie auch religiöse Aspekte und benennen Sie die Tierart verwendeter Fleisch- und Wurstwaren auf dem Speiseplan und bieten Sie Alternativen an.

Berücksichtigen Sie Nahrungsmittelunverträglichkeiten bzw. Allergien der Bewohner.

Berücksichtigen Sie die Empfehlungen für besonders empfindliche Personengruppen.



Kommen Sie besonderen Anforderungen an die Ernährung (Sonderkostformen) abwechslungsreich nach.

Nehmen Sie individuelle Anregungen und Wünsche der Bewohner in Ihre Speisenplanung mit auf.

Achten Sie auf eine farblich abwechslungsreiche Zusammenstellung von Gerichten.

Bedenken Sie die Essbiografien der Bewohner als Basis einer bedarfs- und bedürfnisgerechten Verpflegung.

Seien Sie flexibel im Hinblick auf besondere Wünsche und Situationen der Bewohner, z. B. Liebessessen, Geburtstagsessen etc.

Kombinieren Sie Lieblingsgerichte mit gesundheitsförderlichen Komponenten, z. B. Lasagne mit Gemüse, Hackfleischgerichte mit Linsen.

Besprechen Sie die Speisenplanung auch mit der Pflegedienstleitung oder anderen verantwortlichen Personen, um Probleme beim Verzehr bei einzelnen Bewohnern zu vermeiden.

# Ausgewogen verpflegen

## Mit Küchenhandwerk begeistern

### Schonende und schmackhafte Zubereitung

Schonende Zubereitungsmethoden wie Dünsten oder Dämpfen erhalten Nährstoffe, Farbe und Geschmack. Für Geschmackswahrnehmung, Aussehen, Mundgefühl und Geruch ist es wichtig, dass Gemüse und Kartoffeln den Anforderungen entsprechend schonend gegart werden. Fisch und Fleisch sollten eine zarte Textur haben. Kau- und Schluckbeschwerden sowie der Zahnstatus der Bewohner sind bei der Konsistenz der Lebensmittel zu berücksichtigen. Der sparsame Umgang mit Fett, Salz und Zucker sollte selbstverständlich sein. Daher sollten frittierte und panierte Produkte maximal 2 x in 7 Verpflegungstagen auf dem Speiseplan stehen.

Die Warmhaltezeit von der Beendigung des Garprozesses bis zur Abgabe der Speise an den letzten Tischgast sollte so kurz wie möglich gehalten werden und drei Stunden nicht überschreiten. Langes Warmhalten hat einen negativen Einfluss auf den Vitamingehalt, die Optik, die Konsistenz und den Geschmack der Speisen.

### Handwerkliche Eigenleistung

Die Versorgung einer Senioreneinrichtung durch eine eigene Küche bietet die Möglichkeit, auch kurzfristig auf Besonderheiten und individuelle Bedürfnisse sowie Wünsche der Bewohner eingehen zu können. Zudem hat das Küchenteam dadurch die Chance, eigene Kreativität und (Selbst-)Bewusstsein bezüglich der eigenen Profession zu entwickeln.

Die Verwendung frischer Lebensmittel und Grundprodukte ist die Basis einer guten Küche und Kochkunst. Sie bietet

die Chance, Lebensmittel in ihrer Gänze zu verwenden. So können beim Fleisch nicht nur Filet- und Bruststücke, sondern auch weitere Fleischteile für die verschiedensten Gerichte wie Gulasch oder Ragout genutzt werden. Aus Knochen lassen sich z. B. Fleischbrühen und Grundsoßen herstellen. Auch bei Obst und Gemüse können viele Pflanzenteile genutzt werden, um schmackhafte Gerichte zuzubereiten und Brühen oder Sirupe anzusetzen.

Gleichzeitig bedeutet dies jedoch keinen Verzicht auf Komfort, denn auch eine frische Zubereitung schließt Convenienceprodukte nicht komplett aus. Grundprodukte mit niedriger Convenience-Stufe sind unbehandelte, küchen- und garfertige Lebensmittel. Dazu gehören u. a. geschältes Gemüse, vorgeputzte Salate, zerlegtes Fleisch, Teigwaren und auch tiefgekühltes Gemüse. Der Einsatz dieser Produkte widerspricht einer handwerklich geprägten Küche nicht. Putzen, schälen, schneiden – wer sich die Zeit dafür sparen will, kann sich u. a. mit regionalen Anbietern zusammmentun, die diese Vorarbeiten übernehmen. Hoch verarbeitete Convenienceprodukte sind aufbereitet, regenerierfertig oder zum sofortigen Verzehr geeignet. Dies sind beispielsweise Fertiggerichte, Salatdressings, panierte Schnitzel oder Fleischersatzprodukte. Solche Produkte sind für eine ausgewogene Speisenplanung nicht zwingend erforderlich und sollten möglichst wenig zum Einsatz kommen. Wenn diese dennoch verwendet werden, sollte

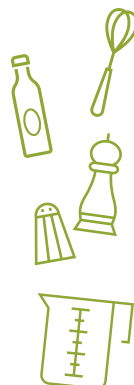


## Anregungen für die Zubereitung

Kochen Sie nach Rezepturen und passen Sie diese bei Bedarf an. Berücksichtigen Sie auch die Inhaltsstoffe von zugekauften, zusammengesetzten Produkten.

Verwenden Sie Rapsöl als Standardöl.

Bevorzugen Sie Fleischrohware gegenüber fertig gewürztem oder fertig paniertem Fleisch.



Wenn Sie auf Tiefkühlgemüse zurückgreifen, wählen Sie Produkte ohne weitere Zutaten wie Kräuterbutter – so bestimmen Sie Fettgehalt und Geschmack selbst.

Bereiten Sie einzelne Produkte, wie z. B. Fonds oder Grundsoßen, selbst zu und bevorraten Sie diese.

Verwenden Sie frische oder tiefgekühlte Kräuter.



das Gericht mit frischen Zutaten bzw. Beilagen ergänzt werden. Industriell hergestellte Fleischersatzprodukte sind, wenn überhaupt, in der Mittagsverpflegung maximal 1 x in 7 Verpflegungstagen einzuplanen.

### Lust auf Essen machen

Die Darreichungsform und die Präsentation sind neben Geschmack und Qualität wesentliche Faktoren, die dazu beitragen, Appetit auf gesundheitsförderliche Speisen zu machen. Auch im hohen Alter gilt: „Das Auge isst mit!“ Die Neugier auf unbekannte Lebensmittel kann nur geweckt werden, wenn Speisen appetitlich und attraktiv angerichtet sind. Dies gilt selbstverständlich für alle angebotenen Speisen. Auch die Zubereitung von Kost in verschiedenen Konsistenzstufen und Smooth Food muss zum Portfolio gehören und professionell durchgeführt werden. Insbesondere bei konsistenzangepasster Kost sollte auf eine ansprechende Präsentation geachtet werden. Ängste und Vorbehalte bezüglich pürierter Kost können mittels Kostproben und zusätzlichen Informationen für Bewohner und deren Angehörige gemindert oder genommen werden.

Bei schlechter körperlicher oder psychischer Verfassung des Essensteilnehmers/ Bewohners kann es nötig sein, von den Empfehlungen dieser Leitlinien abzuweichen und individuelle Lösungen zu finden.

### Weiterführende Informationen:

*Deutsches Netzwerk für Qualitätsentwicklung in der Pflege – Expertenstandard Ernährungsmanagement zur Sicherung und Förderung der oralen Ernährung in der Pflege*

[www.dnqp.de](http://www.dnqp.de)



## Anregungen für die Präsentation



Arrangieren Sie die Speisen ansprechend und beachten Sie eine attraktive Farbzusammenstellung auf dem Teller.

Ein bebildeter Speiseplan oder das Ausstellen von Mustertellern machen Appetit.

Nutzen Sie farbiges Geschirr und ermöglichen Sie jedem Bewohner durch individuelle Hilfsmittel ohne Einschränkungen am Essen teilzunehmen.

Benennen Sie die Speisen beim Servieren.

Bieten Sie neue Gerichte und unbekannte Lebensmittel in kleinen Portionen und ansprechend dekoriert auf Probiertellern an.

Richten Sie auch bei passierter oder pürierter Kost die einzelnen Komponenten appetitlich an.



# Verantwortungsvoll einkaufen



## Einkauf regionaler Lebensmittel

Der Einkauf regionaler Lebensmittel verringert Transportwege, stärkt die heimische Landwirtschaft und fördert die Wirtschaftskraft vor Ort. Eng verknüpft mit der Regionalität ist oft auch die Saisonalität – insbesondere bei frischem Obst, Gemüse und Salat.

Ein weiteres Plus in Sachen Genuss und Gesundheit: Heimisches Obst und Gemüse wird meist geerntet, wenn es reif ist. Es erreicht somit seinen optimalen Geschmack und den vollen Gehalt an wertvollen Inhaltsstoffen.

### Regionalität im Verpflegungskonzept

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, eine Region zu definieren, z. B. durch verwaltungspolitische, historische oder geografische Grenzen, zweckgebundene Zusammenschlüsse oder Verarbeitungs- und Handelsstrukturen. Für Lebensmittel ist die Bezeichnung „regional“ nicht geschützt. In diesen Leitlinien gelten alle Lebensmittel, die in Bayern produziert und verarbeitet werden, als regional. Entscheidend ist somit die Erzeugung des Lebensmittels über den gesamten Herstellungsprozess, nicht die Einkaufsstätte.

Jede Einrichtung hat auch ihre eigene „Region“. Diese kann zusätzlich individuell und klar definiert werden, z. B. „aus

dem Landkreis“ oder „aus dem Allgäu“ oder „aus dem Umkreis von 100 km“.

Es ist sinnvoll, einen individuellen Anteil an regionalen Lebensmitteln festzulegen. Wichtig ist es, alle Beteiligten in die Entscheidungsfindung einzubeziehen und das festgelegte Ziel Schritt für Schritt gemeinsam anzugehen. Die regionale Herkunft sollte möglichst für komplette Produktgruppen festgelegt werden, z. B. Kartoffeln, Backwaren, Milchprodukte, Obst oder Gemüse.

### Vernetzung der Akteure

Die Suche nach regionalen Lieferpartnern und -kooperationen kann sich mitunter sehr zeitaufwändig gestalten, je kleinteiliger das Lieferantennetzwerk ist. Unterstützung bieten digitale Kontaktplattformen, die Akteure aus der Region gezielt zusammenbringen. Die Online-Plattform RegioVerpflegung bietet Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung die Möglichkeit, Erzeuger, Lieferanten und Händler von regionalen und bio-regionalen Lebensmitteln direkt anzusprechen und Angebote einzuholen. Außerdem können diese durch Anlegen eines Profils ihrerseits ihren eigenen Bedarf sichtbar machen.



### Weiterführende Informationen:

Plattform RegioVerpflegung  
[www.regio-verpflegung.bayern](http://www.regio-verpflegung.bayern)

Bayerischer Saisonkalender  
[www.kern.bayern.de/saisonkalender](http://www.kern.bayern.de/saisonkalender)





## Erkennungszeichen Regionalität

### Geprüfte Qualität – Bayern (GQ-B)

Seit 2002 steht „Geprüfte Qualität – Bayern“ für Produkte mit besonderen Qualitätsstandards, lückenloser Rückverfolgbarkeit und gesicherter Herkunft aus Bayern. Dies gilt für die landwirtschaftliche Erzeugung der Rohstoffe wie auch für die Herstellung und Verarbeitung der Produkte. So finden alle Produktionsschritte in Bayern statt. Das unterstützt die bayerischen Landwirte und stärkt die bayerische Ernährungswirtschaft. Die Einhaltung der Kriterien wird regelmäßig von unabhängigen Stellen geprüft, die unter der Aufsicht des Bayerischen Staatsministeriums für Ernährung, Landwirtschaft, Forsten und Tourismus stehen. Deshalb wird das Zeichen von Verbraucherinnen und Verbrauchern als verlässliches Kennzeichen mit nachvollziehbarer Herkunft geschätzt und von Verbraucherverbänden empfohlen.

## Zertifizierung

Produkte mit der Bezeichnung „Geprüfte Qualität – Bayern“ können in unterschiedlicher Form in der Küche angeboten und ausgelobt werden. Zum Beispiel ist der Austausch einzelner Zutaten in allen Gerichten denkbar, es können aber auch einzelne Komponenten eines Gerichtes oder ein komplettes Gericht mit dem Siegel GQ-B ausgelobt werden. Voraussetzung für eine Auslobung der GQ-B-Qualität der Speisen ist eine Zertifizierung der Küche. Informationen und Beratung bieten die zugelassenen Zertifizierungsstellen.

- » Mehr dazu:  
Geprüfte Qualität Bayern  
[www.gq-bayern.de](http://www.gq-bayern.de)
- » Ansprechpartner für Zertifizierung:  
[www.gq-bayern.de/service/ansprechpartner](http://www.gq-bayern.de/service/ansprechpartner)

## „Geprüfte Qualität – Bayern“ steht für

### Qualität:

- > Besondere Anforderungen an die Produktqualität
- > Kurze Wege



### Transparenz:

- > Gesicherte Herkunft und Rückverfolgbarkeit
- > Unabhängige Kontrollen in einem mehrstufigen Kontrollsystem unter staatlicher Aufsicht

### Regionalität:

- > Erzeugung der Rohstoffe in Bayern
- > Herstellung, Verarbeitung und Abpacken in Bayern
- > Unterstützung der regionalen (Land-)Wirtschaft

# Verantwortungsvoll einkaufen

## Einkauf biologischer Lebensmittel

Die ökologische Landwirtschaft leistet in den Bereichen Wasserschutz, Bodenfruchtbarkeit, Biodiversität, Klimaanpassung, Ressourceneffizienz und Tierwohl eindeutig einen positiven Beitrag und kann zurecht als eine nachhaltige Form der Landwirtschaft bezeichnet werden. Öko-Lebensmittel sind gentechnikfrei, weniger mit Pflanzenschutzmittelrückständen belastet und werden so naturbelassen wie möglich verarbeitet. Die Anzahl der zugelassenen Lebensmittelzusatzstoffe in verarbeiteten Produkten ist deutlich geringer als im konventionellen Bereich.

### Ökologie im Verpflegungskonzept

Idealerweise wird ein Mindestanteil an biologischen Lebensmitteln oder Speisen schon im Verpflegungskonzept festgehalten. Durch eine allmähliche, aber stete Anhebung des Bio-Anteils kann viel erreicht werden. Schritt für Schritt können beispielsweise einzelne Produktgruppen umgestellt werden. Die Verfügbarkeit in der Region kann die Reihenfolge mitbestimmen. Es empfiehlt sich zunächst die Verwendung von Grundprodukten wie Gemüse, Obst oder Getreideprodukten. Viele Küchen beginnen mit einem Bio-Anteil von 20–30 Prozent.

### Bio-Zertifizierung

Die Bio-Außer-Haus-Verpflegung-Verordnung (Bio-AHV) regelt, wie Bio-Produkte in gemeinschaftlichen Verpflegungseinrichtungen angeboten und ausgelobt werden dürfen. Es ist möglich, einzelne Zutaten über alle Menülinien hinweg in Bio-Qualität anzubieten und diese auf der Zutatenliste und dem Speiseplan auszuloben. Zusätzlich kann der Anteil des monetären Werts der zugekauften Bio-Produkte am Gesamtwareneinkauf ausgezeichnet werden. Hierfür existieren drei Kategorien: Bronze (20 - 49 %), Silber (50 - 89 %) und Gold (90 - 100 %). Voraussetzung einer Auslobung oder Auszeichnung der ökologischen Qualität der Speisen ist eine Bio-Zertifizierung der Küche. Eine Ausnahme stellen Kitas und Schulen dar, in denen das Essen in der eigenen Küche mit eigenem Personal vor Ort zubereitet und lediglich für einen geschlossenen Benutzerkreis ohne Wahlmöglichkeit angeboten wird. Sie sind von Anwendungsbereich der Bio-AHV ausgenommen und unterliegen nicht der Kontrollpflicht. Für Einrichtungen, die beliefert werden oder selbst Externe beliefern, gilt diese Ausnahme nicht. Informationen und Beratung bieten die zugelassenen Öko-Kontrollstellen.

### Offenheit für Veränderungen

Bei der Einführung von biologischen Produkten müssen der Einkauf, die Lagerhaltung, die Rezepturen und die Speisenplanung sowie die Arbeitsabläufe gegebenenfalls angepasst

werden. Entscheidend für den Erfolg ist die Bereitschaft, Einkaufskonditionen, Lieferanten und Küchenmanagement genau unter die Lupe zu nehmen und hinsichtlich Eignung und Wirtschaftlichkeit zu überprüfen. Der Einsatz von Bio-Produkten kann zudem etwas mehr Flexibilität erfordern, weil sie sich in Gebindegröße, Form, Gewicht und Verarbeitungsgrad zum Teil von den bisher verwendeten Produkten unterscheiden können. Eine erste Orientierung und Hilfestellung bei der Einführung von Bio-Produkten, sowie den praxisnahen Austausch mit Küchen der Gemeinschaftsverpflegung, die bereits erfolgreich biologische Produkte verwenden, bieten die Ansprechpartner Gemeinschaftsverpflegung an den Ämtern für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten. Die zugelassenen Zertifizierungsstellen stehen für eine weiterführende fachliche Beratung zur Verfügung.

---

### Weiterführende Informationen:

Leitfaden „Mehr Bio mit Zertifikat in der AHV“

[www.oekolandbau.de/bio-zertifizierung/bio-zertifizierung-in-der-ahv/](http://www.oekolandbau.de/bio-zertifizierung/bio-zertifizierung-in-der-ahv/)

[leitfaden-umsetzung-der-bio-ausser-haus-verpflegung-verordnung](#)

Leitfaden „Mehr Bio in Kommunen“

[www.biostaedte.de](http://www.biostaedte.de)

Broschüre „Bio-Lebensmittel aus Bayern“

[www.stmelf.bayern.de](http://www.stmelf.bayern.de)

BioMentoren

[www.biomentoren.de](http://www.biomentoren.de)

BioBitte – Mehr Bio in öffentlichen Küchen

[www.bio-bitte.info](http://www.bio-bitte.info)

Zertifizierungsstellen für Bayern

[www.lfl.bayern.de/iem/oekolandbau](http://www.lfl.bayern.de/iem/oekolandbau)

Landesvereinigung für den ökologischen Landbau in Bayern

[www.lvoe.de](http://www.lvoe.de)

Ökomodellregionen in Bayern

[www.oekomodellregionen.bayern](http://www.oekomodellregionen.bayern)





## Erkennungszeichen für Bio-Produkte

„Bio“ und „Öko“ sind gleichbedeutend und im Zusammenhang mit Lebensmitteln gemäß den EU-Rechtsvorschriften für den ökologischen Landbau geschützt. Die Erkennungszeichen für Öko-Qualität definieren höhere Umwelt- und Tierhaltungsstandards. Orientierungshilfen bieten Siegel und Label.

### EU-Bio-Logo



Die Kennzeichnung vorverpackter Bio-Lebensmittel mit dem EU-Bio-Logo, dem dazugehörigen Kontrollstellencode und einer allgemeinen Herkunftsangabe der Zutaten ist verbindlich vorgeschrieben. Dies gilt für alle vorverpackten, ökologisch erzeugten Lebensmittel, die in einem EU-Mitgliedsstaat hergestellt werden und die Normen der EU-Rechtsvorschriften für den ökologischen Landbau erfüllen. Unverpackte Bio-Produkte, die aus der Europäischen Union stammen oder importiert werden, können auf freiwilliger Basis mit dem EU-Bio-Logo gekennzeichnet werden.

### Deutsche Verbands-Bio-Siegel

Auch die Öko-Anbauverbände (z. B. Demeter, Biokreis, Bioland, Naturland) haben jeweils eigene Richtlinien für Erzeugung und Verarbeitung von Öko-Lebensmitteln und machen dies durch ihre Zeichen sichtbar. Diese Richtlinien gehen über die Anforderungen der EU-Öko-Verordnung als gesetzlichen Mindeststandard für Bio-Produkte hinaus. Die bayerischen Öko-Anbauverbände haben sich in der Landesvereinigung für den ökologischen Landbau in Bayern (LVÖ) zusammengeschlossen, um den ökologischen Landbau gemeinsam voran zu bringen.



### Deutsches staatliches Bio-Siegel



Das nationale staatliche Bio-Siegel als markengeschütztes Zeichen kann zusätzlich zum EU-Bio-Logo für die Kennzeichnung von Bio-Lebensmitteln verwendet werden.

» Mehr dazu:  
[www.biosiegel.de](http://www.biosiegel.de)

» Mehr dazu:  
[www.lvoe.de](http://www.lvoe.de)  
[www.bioland.de](http://www.bioland.de)  
[www.naturland.de](http://www.naturland.de)  
[www.biokreis.de](http://www.biokreis.de)  
[www.demeter.de](http://www.demeter.de)

# Verantwortungsvoll einkaufen

## Mehr Bio aus der Region

Ziel einer nachhaltigen Seniorenverpflegung muss es sein, die eingesetzten Bio-Produkte möglichst aus der Region und umgekehrt auch einen Teil der regionalen Lebensmittel in Bio-Qualität zu beziehen.

### Bayerisches Bio-Siegel

Bayern setzt mit dem Bayerischen Bio-Siegel auf eine verbesserte Kennzeichnung ökologisch erzeugter Produkte mit nachvollziehbarer Herkunft. Das Bayerische Bio-Siegel verknüpft die hohen Qualitätsstandards der bayerischen Öko-Anbauverbände, die deutlich über den Vorgaben der EU-Öko-Verordnung liegen, mit der regionalen Herkunftsangabe. Beispielsweise gelten für Landwirte niedrigere Obergrenzen für den Tierbesatz sowie stärkere Einschränkungen beim Düngemiteleinsatz. Das Bayerische Bio-Siegel schreibt für Landwirte zudem eine Umstellung des gesamten Betriebs vor.



Die Herkunftsangabe „Bayern“ besagt, dass alle Schritte von der Erzeugung der Rohstoffe über die Verarbeitung bis zur Essensausgabe in Bayern erfolgen. Dem Siegel liegt ein mehrstufiges, unabhängiges und staatlich geprüftes Kontrollsystem zugrunde. Träger des Bayerischen Bio-Siegels ist der Freistaat Bayern, vertreten durch das Bayerische Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft, Forsten und Tourismus.

» Mehr dazu:  
[www.biosiegel.bayern](http://www.biosiegel.bayern)

## „Bayerisches Bio-Siegel“ steht für

### Regionalität:

- > Rohstoffe aus Bayern
- > Herstellung und Verarbeitung in Bayern
- > Stärkung der regionalen Wirtschaftskreisläufe



### Transparenz:

- > Lückenloser Herkunftsnachweis
- > Mehrstufiges, unabhängiges und staatlich geprüftes Kontrollsystem

### Höhere Qualität:

- > Höheres Niveau der Bio-Qualität im Vergleich zur EU-Öko-Verordnung
- > Kurze Wege zwischen Erzeugern und Verbrauchern

# Mehr regionale und biologische Lebensmittel in Bayerns Gemeinschaftsverpflegung

Um der besonderen Bedeutung von Nachhaltigkeit und Ökologie zu entsprechen, setzte Bayern mit dem Beschluss des Ministerrats vom 13.01.2020 ein deutliches Zeichen für Klimaschutz und gelebte Nachhaltigkeit. Die staatlichen Kantinen in Bayern haben vorbildhaft ihr Angebot an regionalen und ökologischen Lebensmitteln weiter vergrößert: Bis spätestens zum Jahr 2025 soll in allen staatlichen Kantinen ein Warenanteil von mindestens 50 Prozent aus regionaler oder biologischer Erzeugung angeboten werden. Das gilt von den Ministerien und der Staatskanzlei bis zu den nachgeordneten Staatsbehörden. Kommunale und weitere Einrichtungen in öffentlicher Trägerschaft, wie z. B. Schulen, werden unterstützt, regionale und bioregionale Lebensmittel einzusetzen.

Orientierung zur Erfüllung der Qualitätsansprüche für regionale Produkte bieten die Siegel „Geprüfte Qualität des Freistaates Bayern“ (GQ-B) und „Bayerisches Bio-Siegel des

Freistaates Bayern“ (BBS). Eine regelmäßige Analyse der Einkaufsstrukturen kann helfen, die eigenen Anteile zu erfassen, Ziele festzulegen und diese zu überprüfen.

Diese Orientierung zu mehr Regionalität und Ökologie soll die Nachfrage nach qualitativ hochwertigen, regional und biologisch erzeugten Lebensmitteln weiter stärken. Mit einer großen Anzahl an täglichen Essen hat die Gemeinschaftsverpflegung in Bayern hohe Bedeutung für die landwirtschaftliche Produktion und beeinflusst Bewusstsein und Nachfrage für regional produzierte Lebensmittel. Sie bietet damit für die bayerische Landwirtschaft eine wertvolle Absatzmöglichkeit und für Schulküchen die Chance, Landwirtschaft und Umwelt mitzugestalten.

» Mehr dazu:  
**Einkaufsanalyse**  
[www.kern.bayern.de/einkaufsanalyse](http://www.kern.bayern.de/einkaufsanalyse)

## Anregungen für den Einkauf

Informieren Sie sich bei Ihren Lieferanten, welche regionalen und biologischen Lebensmittel je nach Saison geliefert werden können und reagieren Sie auch mal spontan. Biologische Saisonware ist preisgünstig und bereichert den Speiseplan.

Beginnen Sie den bio-regionalen Einkauf mit einzelnen Produktgruppen wie Kartoffeln, Gemüse, Salat und Obst nach Saison.

Fordern Sie Nachweise zu regionaler Herkunft und biologischer Qualität ein und dokumentieren Sie diese z. B. durch Lieferscheine, Zertifizierungsnachweise etc.

Erfassen und dokumentieren Sie den monetären Anteil der regionalen und biologischen Lebensmittel am Gesamtwarenwert.

Führen Sie einen Produktkatalog und vergleichen Sie Alternativangebote.

Bauen Sie kontinuierlich Netzwerke zu regionalen und zertifizierten Lieferanten bzw. direkte Geschäftsbeziehungen zu Landwirten und Herstellern auf. Geringere Preisstabilität lässt sich durch langfristige Lieferpartnerschaften ausgleichen.



Nutzen Sie auch bayernweite Bio-Großhändler, die Lieferantennetzwerke mit regionalen Erzeugern pflegen, um Ihren Einkauf zu bündeln.

Besuchen Sie die Betriebe, insbesondere zu Beginn der Lieferbeziehung.

Nutzen Sie Kooperationsvereinbarungen mit anderen Einrichtungen, um Nachfrageimpulse bei regionalen Betrieben zu erzeugen. Bei größeren Abnahmemengen können Sie Rabatte aushandeln.

Legen Sie (digitale) Rezeptkarteien an. Das Kochen nach Rezepturen mit einer genauen Mengenkalkulation erleichtert die Vorausplanung des Speiseplans sowie die Kalkulation der Bestellmengen und sichert eine gleichbleibende Qualität.

Verringern Sie den Fleischanteil im Speiseplan und in den Rezepturen. So können Sie die Mehrkosten für Produkte aus artgerechter bzw. biologischer Tierhaltung teilweise auffangen.

Setzen Sie auf vollständige Verwertung der Lebensmittel, z. B. Brühe aus Bio-Rinderknochen.

Auch die Verpackung zählt: Bevorzugen Sie Mehrweg- und sortenreine Verpackungen sowie Großgebilde.

# Kosten aufzeigen



## Kosten im Blick

In den Senioreneinrichtungen ist es eine besondere Herausforderung, für eine große Anzahl von Bewohnern mit unterschiedlichen Pflegegraden und Bedürfnissen sichere, gesundheitsförderliche und qualitativ hochwertige Speisen bereitzustellen. Das entstehende Spannungsfeld zwischen Qualitätsanforderungen und Preis/Kosten gilt es so zu gestalten, dass für alle eine gute Lösung gefunden wird. Die Verpflegung muss für die Bewohner und deren Angehörige bezahlbar und für die Küche im Rahmen der vom Träger festgelegten Verpflegungskosten umsetzbar sein.

### Individuelle Voraussetzungen

Die verschiedenen Verpflegungssysteme von der Zubereitung vor Ort, über das Regenerieren von (tief-)gekühlten Speisen bis hin zur Anlieferung warmer Gerichte stellen unterschiedliche Anforderungen an Raumbedarf, Ausstattung und Personal. Diese Unterschiede spiegeln sich in den Anteilen der Kostenblöcke Wareneinstandskosten, Personalkosten, Investitions- und Betriebskosten sowie Verwaltungskosten wider.

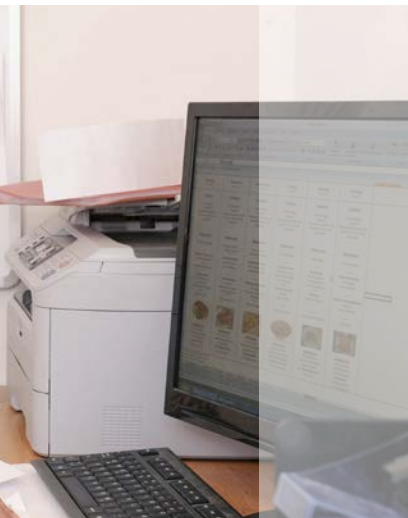
### Individuelle Planungen

Entsprechend erfordern wirtschaftliche Lösungen individuelle Planungen, welche die strukturellen Gegebenheiten (räumliche, finanzielle, personelle Ressourcen) sowie die festgelegten Verpflegungsentgelte berücksichtigen. Während bei einer hohen Anzahl an verpflegten Personen in einer Zubereitungsküche vor Ort die geringsten Kosten anfallen, sind bei kleineren Senioreneinrichtungen vielleicht andere Verpflegungssysteme oder Kooperationen mit anderen Verpflegungseinrichtungen eine wirtschaftlich interessante Alternative.

### Transparenz schafft Akzeptanz

Grundsätzlich ist es wichtig, die Qualitätsansprüche und das dahinterstehende Verpflegungsleitbild offen zu kommunizieren. Eine transparente Darstellung der Kostenstruktur kann dazu beitragen Vorurteile auszuräumen und Verständnis und Akzeptanz für höhere Verpflegungskosten zu generieren, wenn dadurch deutlich wird, dass diese auf eine höhere Qualität der eingesetzten Ressourcen zurückzuführen sind.





### Kostenkontrolle

Die Seniorenverpflegung in Bayern ist unterschiedlich organisiert – von der Eigenbewirtschaftung in Form einer Zubereitungsküche vor Ort bis hin zu überregional agierenden Cateringunternehmen. Abhängig von der Organisationsform und dem Verpflegungssystem fallen die Kosten in unterschiedlicher Höhe an verschiedenen Stellen an. Jede Verpflegungslösung erfordert daher eine individuelle Kostenkalkulation.

Um die allgemeine Kostenentwicklung im Blick zu haben, ist eine fortwährende Kostenkontrolle erforderlich. So ist erkennbar, wie viel Geld wofür bezahlt wird und wo Nachbesserungsbedarf besteht. Grundlage des wirtschaftlichen Arbeitens ist, alle Kosten und Erträge zu kennen und zuordnen zu können.

Für die Bewohner und Angehörigen ist eine Transparenz der Kostenstrukturen wichtig und schafft Vertrauen in die Senioreneinrichtung. Dieses Vertrauen und die fortlaufende Transparenz können bei notwendigen Erhöhungen der Kosten für die Einrichtung von Vorteil sein.

### Orientierung am vorgegebenen Budget

Die Unterkunfts- und Verpflegungskosten in Senioreneinrichtungen werden nicht vollständig durch den Pflegesatz abgedeckt, sondern von den Bewohnern teilweise selbst getragen. Über die Höhe dieses Betrages entscheidet der Einrichtungsträger und legt damit einen Tagessatz für die Verpflegung fest, der dem Küchenleiter das Budget vorgibt. Dieses bietet in der Regel keine großen Spannweiten. Der Einsatz von qualitativ hochwertigen Produkten erfordert daher eine gute Mischkalkulation, die Optimierung von Arbeitsabläufen, die Beachtung individueller Portionsgrößen und Vermeidung von Essensresten sowie einen gut geplanten Einkauf.

## Kostenarten

Ökonomisch betrachtet teilen sich die Kosten in der Seniorenverpflegung in folgende Blöcke auf:



### Wareneinstandskosten

Kosten für Lebensmittel und Getränke bzw. Lieferpreis für fertige oder vorgefertigte Speisen



### Personalkosten

Personalkosten für Management-, Fach-, Hilfskräfte bei Zubereitung, ggf. Auslieferung, Ausgabe, Reinigung



### Betriebskosten

Betriebskosten beispielsweise für Energie, Wasser, Abfallentsorgung, Reinigung, EDV und Bürobedarf, Pacht oder Miete sowie für Wartung und Instandhaltung von Ausstattung und Räumen



### Investitionskosten

Investitionskosten für die kalkulatorischen Abschreibungen der Betriebsmittel, wie z. B. Ausstattung von Küche, Speiseraum, Speisenausgabe, Lagerräumen und Büro



### Verwaltungskosten

Verwaltungskosten rund um die Verpflegung für z. B. Ausschreibung, Qualitätsmanagement oder Administration



### Gesamtkosten

# Kosten aufzeigen



## Einflussfaktoren

Seniorenverpflegung ist situationsspezifisch, demnach fallen nicht für jede Verpflegungslösung die gleichen Kosten an. Verschiedene Aspekte können die Kosten beeinflussen:

### Anzahl der Essensteilnehmer

Je mehr Essen produziert werden, umso geringer ist in der Regel der Anteil der fixen Kosten an den Gesamtkosten und damit an den Kosten pro Essen. Durch erweiterte Angebote wie „Essen auf Rädern“, Verpflegung für Schulen oder Kitas oder das Angebot eines offenen Mittagstisches für externe Essensgäste besteht die Möglichkeit, die Essenszahlen zu erhöhen.

### Bewirtschaftungs- und Verpflegungssystem

Abhängig vom Bewirtschaftungs- und Verpflegungssystem ergeben sich unterschiedliche Kosten. Für die Regeneration von gekühlten und tiefgekühlten Speisen wird in der Regel vor Ort weniger Personal benötigt, als wenn die Speisen selbst zubereitet werden. Die Personalkosten sind dann in den Warenkosten enthalten. Ähnliches gilt auch für die Verwendung von vorgefertigten Grundprodukten, wie geputztem Gemüse, geschälten Kartoffeln oder geschnittenen Fleischteilen.

### Verpflegungsmanagement

Geschickte Speisenplanung mit Berücksichtigung der Saison und geringem Rücklauf, professionelle Arbeitsgestaltung und gute Geräteausstattung können die Kosten für Waren- und Personaleinsatz senken. Durch eine vorausschauende Speisenplanung lassen sich Mengen und Lieferungen besser kalkulieren. Mit standardisierten Rezepturen können der Warenbedarf und die Kosten genau kalkuliert werden.

### Biologische und regionale Lebensmittel

Der Einsatz biologischer und regionaler Lebensmittel muss nicht zwangsläufig zu stark erhöhten Abgabepreisen führen. Der Einsatz dieser Lebensmittel beeinflusst bei einer umsichtigen Planung in der Regel lediglich die Wareneinstandskosten. Die Personal-, Betriebs-, Investitions- und Verwaltungskosten hingegen bleiben weitgehend unberührt.

### Leistungsspektrum

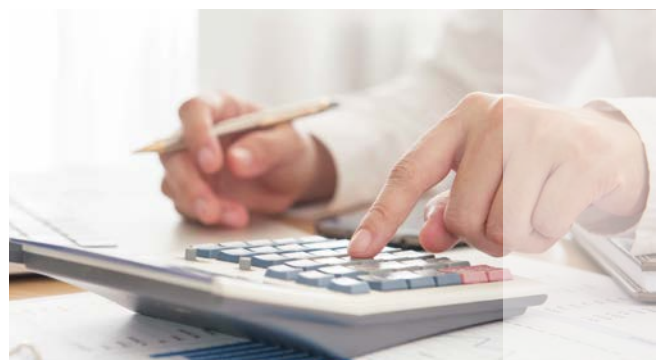
Das Leistungsspektrum in Senioreneinrichtungen beinhaltet alle Mahlzeiten des Tages: Frühstück, Mittagessen, Abendessen sowie Zwischenmahlzeiten und ggf. eine Spätmahlzeit. Auch besondere Kostformen wie passierte Kost und spezielle Diäten bei besonderen Ernährungssituationen, die ggf. einen höheren Personalaufwand oder Wareneinsatz erfordern, müssen in die Kostenkalkulation mit einfließen.

### Portionsgrößen

Die Tischgäste einer Senioreneinrichtung sind aufgrund des Alters, des Gesundheitszustands sowie des Pflegebedarfs eine sehr heterogene Gruppe. Dies kann sich besonders in der individuellen Verzehrsmenge sowie dem Bedarf speziell dargereicherter Speisen äußern. Variable Portionsgrößen, z. B. durch Nachschlags- oder Selbstbedienungsmöglichkeit ermöglichen bedarfsgerechte Mengen und reduzieren Lebensmittelabfälle.

### Lieferkonditionen

Mit Lieferanten und Händlern lassen sich Rabatte und Sonderkonditionen verhandeln. Bei Lieferanten-Partnerschaften sind Absprachen zu Jahrespreisen möglich. Kooperationsvereinbarungen mit anderen Senioreneinrichtungen können bessere Einkaufskonditionen mit sich bringen. Auf jeden Fall lohnen sich Preisvergleiche und regelmäßige Recherchen über Bezugsquellen.





# Erfolgreich kommunizieren



## Tue Gutes und rede darüber

### Alle ziehen mit

Seniorenverpflegung ist eine Querschnittsaufgabe. Sie gelingt, wenn alle Beteiligten gut informiert und die Kommunikationsstrukturen und das gemeinsame Ziel eindeutig definiert sind. Eine gute Vernetzung aller an der Seniorenverpflegung beteiligten Personen fördert eine klare und umfassende Kommunikation, zeigt die Rahmenbedingungen auf und gewährleistet, dass die Seniorenverpflegung von allen Beteiligten geschätzt und mitgetragen wird. Je besser und intensiver die Vernetzung, umso höher kann die Zufriedenheit sein. Die Hauptverantwortung für die Realisierung einer qualitativ hochwertigen Verpflegung und die Sicherstellung der hauswirtschaftlichen Versorgung liegt jedoch in der Hand der Einrichtungsleitungen und des Trägers.

Kommunikation ist in allen Bereichen einer Senioreneinrichtung von zentraler Bedeutung. Sie betrifft alle Prozesse der Verpflegung – von der Zubereitung durch das Küchenpersonal bis zur Begleitung des Essens durch die Pflegekraft –, der Hauswirtschaft, des Sozialen Dienstes, der Pflege sowie der Haustechnik. Diese Prozesse müssen aufeinander abgestimmt sein, um einen reibungslosen Ablauf gewährleisten zu können. Voraussetzung dafür ist, dass das Verpflegungsleitbild im Einklang mit dem Einrichtungsleitbild steht. Dessen Inhalte werden innerhalb der Einrichtung und auch nach außen kommuniziert. Das Verpflegungskonzept hilft, Abläufe zu strukturieren. Darin werden die Rollen der einzelnen Akteure klar definiert und Kommunikationswege festgelegt.

### Kommunikation innerhalb der Einrichtung

Für eine erfolgreiche Kommunikation ist es wichtig, dass sich alle Akteure der Bedeutung der Verpflegung für das Wohlbefinden und den Gesundheitszustand der Bewohner bewusst sind und entsprechend handeln. Eine große Bedeutung im täglichen Arbeitsablauf kommt dem Austausch und der Abstimmung zwischen Küche, Hauswirtschaft und Pflege zu und sollte daher von der Einrichtungs-

leitung gefördert werden. Mit Hilfe einer Kommunikationsstruktur wird dieses Schnittstellenmanagement vereinfacht. Dabei wird eine offene, respektvolle und lösungsorientierte Kommunikationskultur zwischen den Akteuren der verschiedenen Verpflegungsbereiche gelebt. Der regelmäßige und strukturierte Austausch regt auch zu neuen Ideen an. Das Thema Verpflegung sollte nicht nur im Essensgremium behandelt werden, sondern auch in bilateralen Gesprächen und bei Teambesprechungen. Wertvoll ist zudem der Austausch mit anderen Senioreneinrichtungen, z. B. bei Veranstaltungen der Ämter für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten in Bayern.

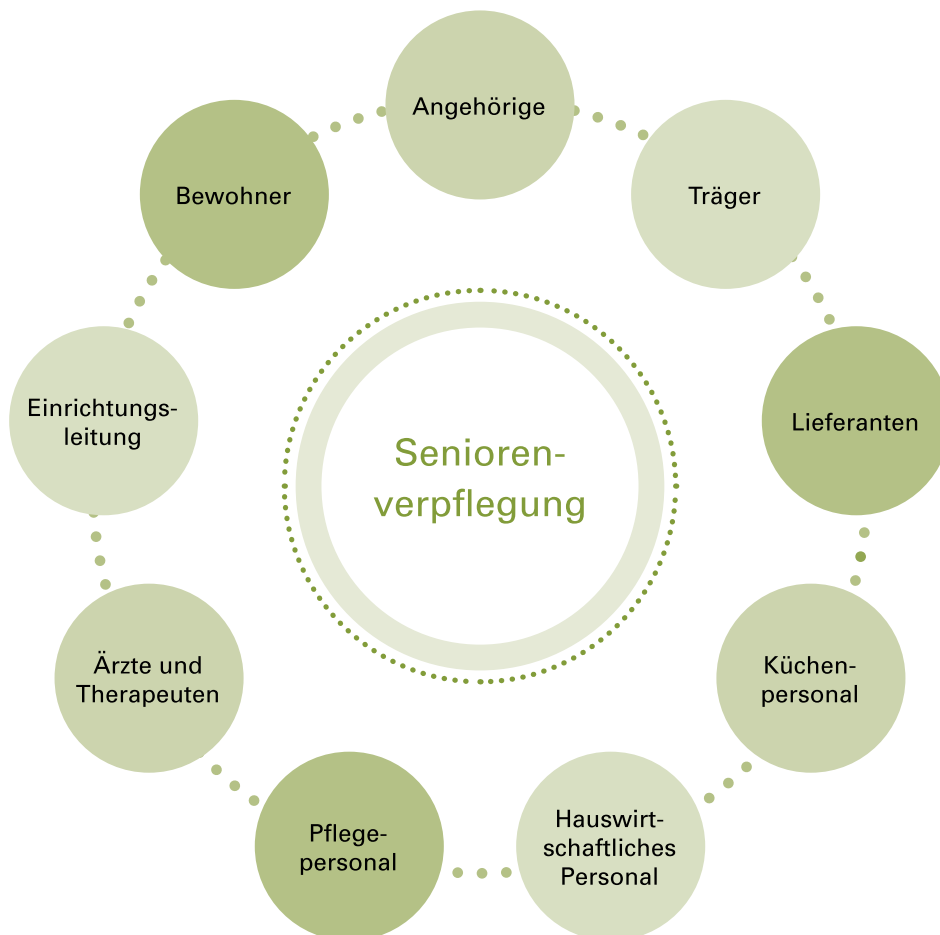
### Kommunikation mit den Bewohnern und Angehörigen

Die Bewohner in Senioreneinrichtungen und ihre Angehörigen können die Verpflegung nur dann wertschätzen, wenn sie um die gute Qualität wissen. Dann sind sie auch bereit, neue Dinge auszuprobieren. Daher sollte es in der Senioreneinrichtung einen konkreten Ansprechpartner für alle Belange rund um die Verpflegung geben. Dieser Verpflegungsbeauftragte hilft dabei, die Kommunikationsstrukturen in der Einrichtung für die Bewohner und deren Angehörige transparent darzustellen. Die Kommunikationsmittel reichen von Aushängen über Handzettel, Rundschreiben bis zu Infoscreens und Internetauftritt.

Das wichtigste Mittel zur Kommunikation des Speisenangebotes ist sicherlich der Speiseplan. Neben den gesetzlichen Verpflichtungen zur Lebensmittelkennzeichnung sollte sich die Gestaltung des Speiseplans an den Wünschen und Bedürfnissen der Bewohner orientieren. So ist es wichtig, eine dem nachlassenden Sehvermögen angemessene Schriftgröße auszuwählen und mit Rücksicht auf Rollstuhlfahrer den Speiseplan an mehreren Stellen im Haus und in unterschiedlicher Höhe anzubringen. Auch für Bewohner, die bettlägerig sind, können gute Möglichkeiten gefunden werden. Rezepte oder Wunschgerichte von Bewohnern können entsprechend gekennzeichnet werden.



## Wichtige Kommunikationspartner auf einen Blick



# Erfolgreich kommunizieren



Für Bewohner mit Demenz kann es hilfreich sein, die Gerichte mit Fotos darzustellen.

Wichtig ist eine regelmäßige Kommunikation, die Platz für Beschwerden und Kritik lässt. Für die Bewohner gibt es verschiedene Möglichkeiten, ihre Anliegen vorzubringen und ihre Meinung zu äußern (z. B. Heimbeirat). Durch Befragungen oder in Gesprächen haben die Bewohner aber auch die Möglichkeit zu Lob und Rückmeldungen aller Art. Durch direkten Kontakt mit den Küchenmitarbeitern erfahren die Bewohner Details zur Herstellung der Mahlzeiten. So können sie die Umstände der Herstellung genauer erleben und sich für neue Mahlzeiten begeistern lassen.

## Kommunikation mit einem externen Speisenanbieter

Wird die Verpflegung von einem externen Speisenanbieter zur Verfügung gestellt, ist dessen Qualität in Vereinbarungen und im Verpflegungskonzept konkret festgehalten. So ist für alle Beteiligten ersichtlich, was sie erwarten können. Dennoch sind regelmäßige Gespräche zwischen der Einrichtung und dem Speisenanbieter unumgänglich, um eine qualitativ hochwertige Verpflegung anbieten zu können. Der Speisenanbieter benötigt regelmäßige Rückmeldungen von Seiten der Einrichtung, um sein Speisenangebot auf die Zielgruppe ausrichten zu können und Fehlproduktionen sowie Lebensmittelabfälle zu vermeiden. Aktionstage bieten eine gute Möglichkeit für den Speisenanbieter, sich den Bewohnern vorzustellen und auch diese kennen zu lernen.

## Kommunikation mit Lieferanten

Einkaufsrichtlinien definieren den Anspruch einer nachhaltigen Verpflegung. Wird in der Senioreneinrichtung vor Ort gekocht, können Gespräche mit regionalen Erzeugern helfen, langfristige und für beide Seiten vorteilhafte Beziehungen einzugehen. Einkaufskooperationen mit anderen Einrichtungen der Umgebung können neue Lieferstrukturen ermöglichen und so für die Erschließung neuer Bezugsquellen sorgen. Regelmäßige Abstimmungen mit den Lieferanten helfen dabei, dass die Beziehung zwischen der Einrichtung und dem Lieferanten positiv bleibt und die Ansprüche weiterhin für beide Seiten erfüllt werden.

## Öffentlichkeitsarbeit

Die Kommunikation eines guten Verpflegungsangebotes ist das A und O. Verpflegungsleitbild und -konzept stellen hierbei ein Qualitätsmerkmal der Einrichtung dar, denn die Verpflegung nimmt im Alltag der Bewohner eine zentrale Rolle ein und kann ein entscheidender Faktor bei der Auswahl einer Senioreneinrichtung sein. Die Verwendung von Lebensmitteln bayerischer Herkunft mit durchgängiger Qualitätssicherung stellt ein zusätzliches Qualitätsmerkmal dar. Informationen über das Angebot und die Verpflegungsqualität sollten daher auch auf der Internetseite prominent veröffentlicht werden.



## Anregungen für die Kommunikation

Nutzen Sie vielfältige Infokanäle, um das Thema Seniorenverpflegung zu platzieren, z. B. Newsletter, Homepage, Apps, Rundschreiben, Infoscreens, Flyer, Plakate, Lokalpresse.

Greifen Sie das Thema „Verpflegung“ regelmäßig auf und stellen Sie das Verpflegungskonzept allen an der Verpflegung Beteiligten vor.

Stellen Sie Ihr Verpflegungsleitbild auf der Homepage vor und setzen Sie Informationskampagnen zu dessen Umsetzung, Hintergründen und Zielen um. Achten Sie dabei auf eine barrierefreie Gestaltung der Homepage.

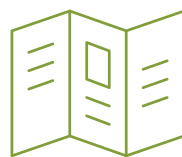
Informieren Sie zur Herkunft und zu Besonderheiten verwendeter Produkte, z. B. durch Plakate oder eine Vorstellung der Erzeuger bei den Bewohnern.

Informieren Sie vor allem bei Einführung neuer Rezepturen, Menülinien oder Angebote über Inhaltsstoffe und deren Zubereitung.

Planen Sie Verkostungsaktionen bei der Einführung neuer Produkte oder Speisen. Lassen Sie das Speisenangebot von den Bewohnern als Testesser beurteilen.

Informieren Sie die Bewohner und ihre Angehörigen über das Speisenangebot.

Gestalten Sie den Speiseplan attraktiv, übersichtlich und zielgruppengerecht.



Erfragen Sie Meinungen, Wünsche, Anregungen und Kritik der Bewohner, z. B. in Form einer Feedback-Box oder in persönlichen Gesprächen.

Führen Sie regelmäßige Befragungen mittels Fragebogen durch.

Ermitteln und dokumentieren Sie im Aufnahmegeräch mit den Bewohnern und Angehörigen die individuellen Bedürfnisse und Essgewohnheiten der Bewohner und aktualisieren Sie diese regelmäßig, da sich Vorlieben ändern können.

Nutzen Sie z. B. einen Tag der offenen Tür, um auf Ihr Verpflegungsangebot aufmerksam zu machen.

Benennen Sie eine Ansprechperson für alle Fragen, Anregungen und Wünsche rund um die Verpflegung.

Ermöglichen Sie den Kontakt zwischen Bewohnern und Küchenmitarbeitern, das führt zu einer höheren Wertschätzung und mehr Vertrauen in der Einrichtung, z. B. über regelmäßige Küchengesprächsrunden oder regelmäßige Besuche des Kochs/der Köchin in den Wohnbereichen.

Sprechen Sie regelmäßig mit Ihren Lieferanten und laden Sie Erzeuger ein, sich und ihre Produkte vorzustellen.

# Ansprechpartner in Bayern

## Ansprechpartner Gemeinschaftsverpflegung

Ihre Ansprechpartner für die Gemeinschaftsverpflegung an den Ämtern für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten in Abensberg-Landshut, Augsburg, Bayreuth-Münchberg, Ebersberg-Erding, Fürstenfeldbruck, Fürth-Uffenheim, Kitzingen-Würzburg und Regensburg-Schwandorf unterstützen und beraten alle an der Verpflegung Beteiligten – vom Träger über die Einrichtungsleitung bis zum Küchen- und Pflegepersonal – bei allen Fragen rund um eine gesundheitsförderliche und nachhaltige Verpflegung in Senioreneinrichtungen.

Zum kostenlosen Angebot gehören:

- > Coaching Gemeinschaftsverpflegung
- > Fachtagungen Gemeinschaftsverpflegung
- > Arbeitskreise
- > Workshops
- > Informationsveranstaltungen
- > BioRegio-Coaching

» Mehr dazu:  
[www.ernaehrung.bayern.de](http://www.ernaehrung.bayern.de)

Die aktuellen Themen und Termine aller Veranstaltungen finden Sie im Buchungsportal. Dort können Sie sich auch anmelden.

» Mehr dazu:  
[www.weiterbildung.bayern.de](http://www.weiterbildung.bayern.de)

## Kompetenzzentrum für Ernährung (KErn)

Das KErn unterstützt die Ämter für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten durch die Konzeption von Angeboten, die Erstellung von Materialien und Tools sowie mit landesweiten Aktionen, wie z. B. Fachkongressen für die Gemeinschaftsverpflegung oder die Tage der Seniorenverpflegung.

» Mehr dazu:  
[www.kern.bayern.de](http://www.kern.bayern.de)

## Gebündelte Kompetenzen

Die Bayerischen Leitlinien Seniorenverpflegung wurden vom Kompetenzzentrum für Ernährung (KErn) an der Landesanstalt für Landwirtschaft (LfL) im Auftrag des Bayerischen Staatsministeriums für Ernährung, Landwirtschaft, Forsten und Tourismus (StMELF) im Rahmen des Konzeptes Ernährung in Bayern erarbeitet. Ein unabhängiges Fachgremium, bestehend aus Vertretern der Verwaltung, der einschlägigen Verbände, der Praxis, der Wirtschaft und der Wissenschaft, hat die Arbeit beratend unterstützt. Die fundierten Erfahrungen dieser Experten stellen sicher, dass die erarbeiteten Leitgedanken und Orientierungshilfen sich im Alltag realisieren lassen.

Folgenden Institutionen, Verbänden und Einrichtungen sagen wir ein großes Dankeschön für die wertvolle Zusammenarbeit und Unterstützung im Rahmen der Aktualisierung:

- > AWO Seniorenzentrum Antonius, Kümmerbruck
- > Bayerischer Landesausschuss für Hauswirtschaft
- > Bioland e. V.
- > Caritas-Hausgemeinschaften für Senioren St. Elisabeth, Hollfeld
- > Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.
- > Freie Wohlfahrtspflege Bayern
- > Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg
- > Institut für Biomedizin des Alterns, Friedrich-Alexander-Universität Erlangen
- > LandesSeniorenVertretung Bayern
- > Landesvereinigung für den ökologischen Landbau in Bayern e. V.
- > Stadt Memmingen, Fachstelle für Pflege- und Behinderteneinrichtungen Qualitätsentwicklung und Aufsicht
- > Verbraucherzentrale Bayern e. V.

## Quellennachweise

Bundesinstitut für Risikobewertung (2024): Sicher verpflegt. Besonders empfindliche Personengruppen in Gemeinschaftseinrichtungen, Berlin

Bundesinstitut für Risikobewertung (Hrsg.) (2024): Hygieneregeln in der Gemeinschaftsgastronomie. Aktualisierte Fassung, Berlin

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (2023): DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung mit „Essen auf Rädern“ und in Senioreneinrichtungen, 1. Auflage, 2. korrigierter und aktualisierter Nachdruck

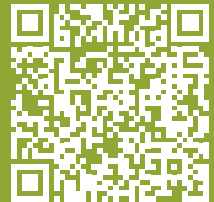
Deutsche Gesellschaft für Hauswirtschaft (Hrsg.) (2018): Mahlzeiten wertschätzend gestalten – Blicke über den Tellerrand verändern die Gemeinschaftsverpflegung, Lambertus-Verlag, Freiburg

Deutsches Netzwerk für Qualitätsentwicklung in der Pflege (2017): Expertenstandard Ernährungsmanagement zur Sicherung und Förderung der oralen Ernährung in der Pflege, 1. Aktualisierung

Peinelt, V. & Wetterau, J. (2015): Handbuch der Gemeinschaftsgastronomie 1 – Anforderungen, Umsetzungsprobleme, Lösungskonzepte; Rhombos-Verlag, Berlin



Dieser Code bringt Sie direkt zur Internetseite  
[www.ernaehrung.bayern.de/gem\\_verpflegung](http://www.ernaehrung.bayern.de/gem_verpflegung)



## Impressum

### Herausgeber

Bayerisches Staatsministerium für Ernährung,  
Landwirtschaft, Forsten und Tourismus  
Ludwigstraße 2, 80539 München  
[www.stmelf.bayern.de](http://www.stmelf.bayern.de)  
E-Mail: [info@stmelf.bayern.de](mailto:info@stmelf.bayern.de)  
Nr. 08062018, Stand März 2026

### Redaktion

Referat Ernährungsstandards und Qualitätssicherung  
in der Gemeinschaftsverpflegung  
Wissenschaftlich konzipiert und begleitet durch  
das Kompetenzzentrum für Ernährung (KErn) an der  
Landesanstalt für Landwirtschaft (LfL), Kulmbach

### Gestaltung

CUBE Kommunikationsagentur GmbH  
KOCHAN & PARTNER GmbH

### Bildnachweis

StMELF, Kalle Singer (S. 6); Getty Images (S. 21, 29 links, 35 links, 36); mauritius images/foodcollection (S. 10); Europäische Kommission (S. 8, 33); StMELF (S. 4, 15, 25 rechts, 32 oben); KErn, Kerstin Haack (S. 38 unten); KErn, Christiane Brunner (S. 24, 26, 29 rechts); iStock (Titel, S. 7, 13, 16, 17, 22, 23, 25 oben, 32 unten, 40 oben, 42, 43, 44, 45); ThinkStock (S. 9, 40 unten); Caritas-Hausgemeinschaften für Senioren St. Elisabeth (S. 18, 19); KErn, Paula Bartels (S. 27); AWO Seniorenzentrum Antonius (S. 30, 31); StMELF, Nicolas Armer (S. 35 rechts); StMELF, Irmí Gessner (S. 38 oben); KErn, Tobias Hase (S. 41)

## Hinweis

Diese Druckschrift wird kostenlos im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit der Bayerischen Staatsregierung herausgegeben. Sie darf weder von den Parteien noch von Wahlwerbenden oder Wahlhelfern im Zeitraum von fünf Monaten vor einer Wahl zum Zweck der Wahlwerbung verwendet werden. Dies gilt für Landtags-, Bundestags-, Kommunal- und Europawahlen. Missbräuchlich ist während dieser Zeit insbesondere die Verteilung auf Wahlveranstaltungen und an Informationsständen der Parteien sowie das Einlegen, Aufdrucken und Aufkleben parteipolitischer Informationen oder Werbemittel. Untersagt ist gleichfalls die Weitergabe an Dritte zum Zweck der Wahlwerbung. Auch ohne zeitlichen Bezug zu einer bevorstehenden Wahl darf die Druckschrift nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme der Staatsregierung zugunsten einzelner politischer Gruppen verstanden werden könnte. Den Parteien ist es gestattet, die Druckschrift zur Unterrichtung ihrer eigenen Mitglieder zu verwenden.



**BAYERN | DIREKT** ist Ihr direkter Draht zur Bayerischen Staatsregierung. Unter Telefon 089 12 22 20 oder per E-Mail unter [direkt@bayern.de](mailto:direkt@bayern.de) erhalten Sie Informationsmaterial und Broschüren, Auskunft zu aktuellen Themen und Internetquellen sowie Hinweise zu Behörden, zuständigen Stellen und Ansprechpartnern bei der Bayerischen Staatsregierung.