



## Wir nehmen an der „Vitalküche“ von „Tut gut!“ teil!

Die „Vitalküche“ sorgt für mehr gesunde Abwechslung in den Speiseplänen von Schulen und Kindergärten. Ziel ist es, das Speisenangebot in Richtung einer nachhaltigen und ausgewogenen Ernährung zu optimieren und geschmackvolle Speisen anzubieten, die das gesunde Aufwachsen und das Lernen unterstützen.

### Was bedeutet das?

Im Vordergrund stehen zeitgemäße und bedarfsgerechte Menüpläne mit frischen und regionalen Lebensmitteln sowie die Schaffung einer angenehmen und freundlichen Umgebung für das gemeinsame Genießen gut schmeckender Mahlzeiten.

### Wie werden die Maßnahmen erarbeitet und umgesetzt?

Eine Beraterin/ein Berater von „Tut gut!“ erarbeitet mit der Projektgruppe (Pädagoginnen, Pädagogen, Verpflegerin/Verpfleger) schrittweise ein abwechslungsreiches Verpflegungsangebot und passende Rahmenbedingungen nach den gültigen Empfehlungen. Dies geschieht im Zeitraum von 2 Jahren und wird mit einer „Vitalküche“ Auszeichnung abgeschlossen.

### Die Mischung macht es aus!

- Unser Mittagessen besteht täglich aus 2 Gängen. Davon gibt es mindestens zweimal pro Woche eine Suppe und Hauptspeise, maximal dreimal pro Woche eine Hauptspeise und Dessert.
- Mindestens einmal pro Woche wird ein vegetarisches Gericht angeboten.
- Maximal einmal pro Woche gibt es frittierte und/oder panierte Gerichte.
- Süße Hauptgerichte werden maximal einmal pro Woche kombiniert mit einer gemüserreichen Vorspeise (z.B. Gemüsesuppe) angeboten.
- Als Getränk wird zum Mittagessen Wasser getrunken.

Weitere Informationen zur gesunden Ernährung und zur Verpflegung in der Schule und im Kindergarten finden Sie in den NÖ Leitlinien für die Gemeinschaftsverpflegung unter [www.noetutgut.at/vitalkueche](http://www.noetutgut.at/vitalkueche)

Bei Fragen stehen wir gerne zur Verfügung.

