

Metzgerei Krain  
Industriestr. 7  
93077 Bad Abbach

Tel: 09405/9699270  
Fax: 09405/96992719  
E-Mail: [info@metzgerei-krain.de](mailto:info@metzgerei-krain.de)  
[www.metzgerei-krain.de](http://www.metzgerei-krain.de)

Hallo liebe Einrichtungsleiterinnen, Erzieherinnen, Lehrerinnen und Kindereltern!

Gemeinsam starten wir in das Schuljahr 2014/2015, darüber freue ich mich gemeinsam mit meinem Küchenteam in Lengfeld sehr.

Zu Beginn möchte ich Ihnen gerne ein paar Erläuterungen zum Speiseplan geben:

Wir sind ab Januar 2015 dazu verpflichtet, auf unseren Speiseplänen Zusatzstoffe, die im Mittagessen enthalten sind, kenntlich zu machen. Wir beginnen ab sofort mit der Umsetzung dieser Richtlinie.

Für die Veröffentlichung des Speiseplans ist die jeweilige Einrichtung verantwortlich. Dies ist sehr wichtig, damit alle Eltern im Überblick über den Speiseplan informiert sind.

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe sind:

- 1., Farbstoff
- 2., Phosphat
- 3., Geschmacksverstärker
- 4., Konservierungsstoff
- 5., geschwefelt
- 6., mit Antioxidationsmittel

Wenn Sie sich unseren Speiseplan näher ansehen, werden Sie merken, dass hier wenig Zusatzstoffe enthalten sind. Unser persönliches Ziel ist es, uns in dieser Richtung immer weiter zu verbessern.

Wichtig ist, dass in unserer Küche keine Zusatzstoffe direkt zugesetzt werden. Sie können also lediglich in zugekauften Produkten enthalten sein, der Anteil dieser Produkte liegt bei ca. 10% in unserer Küche (weitaus weniger als in einem durchschnittlichen Haushalt).

In den in unserer eigenen Metzgerei hergestellten Wurstwaren ist eine geringe Menge an Phosphat und Konservierungsstoff in Form von Nitritpökelsalz enthalten, nicht mehr als unbedingt nötig. Alle Gerichte, die in Verbindung mit Soßen angeboten werden, wie Gulasch, Geschnetzeltes, Braten, Beilagensoßen, aber auch Suppen, verschiedene Nachspeisen und Aufläufe werden ohne Beigabe irgendwelcher Hilfsmittel von unserem erfahrenen Küchenteam selber zubereitet. Wir verwenden hier als Basis nur Naturgewürze und ein Bio-Brühepulver, das frei von jeglichen Zusatzstoffen ist.

Zugekauft werden lediglich Artikel wie z.B. Fischstäbchen, Backerbsen, Germknödel oder Kartoffeltaschen.

Zum Aufbau unseres Speiseplans sind folgende Grundlagen für Sie wichtig:

- es gibt 2x pro Woche Fleisch, abwechselnd Pute, sehnenfreies Rindfleisch oder mageres Schweinefleisch
- Moslems, Vegetarier und Allergiker werden berücksichtigt
- Änderungswünsche der Einrichtung werden gerne berücksichtigt
- der Speiseplan wird im 6-Wochen-Rhythmus erstellt und wiederholt sich danach nicht
- es ist jeden Tag entweder frisches Obst, frischer Salat, Gemüse in reiner Form oder ein Gemüsebestandteil im Menü enthalten, oft auch mehrere dieser Komponenten
- wir braten fettfrei, auch die wenigen gebackenen Produkte werden fettfrei im Dämpfer gebraten
- grätenfreier Fisch ist nahezu jede Woche Bestandteil des Speiseplans, hier sind die Ansprüche sehr unterschiedlich und wir klären die Wünsche mit den einzelnen Einrichtungen ab
- wenn es eine süße Hauptspeise gibt, gibt es immer eine Suppe vorweg, damit auch die Kinder, die keine Süßspeisen möchten, satt werden
- wir verwenden bevorzugt regionale Produkte und gestalten den Speiseplan je nach Saison immer wieder neu
- Gemüse und Kartoffeln in natürlicher Form sind wichtiger Bestandteil des Speiseplans und werden nährstoffschonend gegart
- Zum Würzen verwenden wir Jodsalz, aber sparsam, und frische oder tiefgekühlte Kräuter
- Süßungsmittel verwenden wir grundsätzlich nicht, Zucker sehr sparsam, eventuell müssen sich Kinder erst an den Geschmack von Naturjoghurt gewöhnen
- Der Speiseplan ist kindgerecht gestaltet, abwechslungsreich und muss auch ab und zu „Highlights“ wie Pizza, Spaghetti, Pfannkuchen oder Schnitzel enthalten, um den Kindern nicht die Freude am Mittagessen zu nehmen. Diese Lieblingsgerichte werden in den mehrwöchigen Plan integriert und sind im Sinne der ausgewogenen Ernährung in dieser geringen Menge nicht schädlich. Wir setzen mit unserer Mittagsverpflegung nur einen Baustein in der Ernährung der Kinder, wie dieser ausgewogene Ansatz dann im jeweiligen Elternhaus ausgebaut wird, bleibt Entscheidung der Mamas und Papas zuhause in der Küche.
- Für Rückfragen stehe ich immer gerne zur Verfügung

Allen Kindern, Eltern und Verantwortlichen in den Einrichtungen wünsche ich einen tollen Start in ein erfolgreiches neues Schuljahr!