

## RÜCKBLICK Tag der Schulverpflegung 2022



„Vegetarische Gerichte aus aller Welt – interkulturelle Schulverpflegung als Chance“ – unter diesem Motto fand am 22.09.2022 die digitale Veranstaltung zum Tag der Schulverpflegung in Hessen statt. Hierzu hatten die Vernetzungsstelle Schulverpflegung Hessen, die Landeskoordination Hessische Umweltschulen und die Serviceagentur „Ganztägig lernen“ Hessen Schulgemeinden, Caterer, Schulträger und alle Interessierten eingeladen.

In der dreistündigen Online-Veranstaltung erhielten die Teilnehmenden Anregungen zur Auseinandersetzung mit den Themen Interkulturalität und der Einbindung der Gestaltung einer ausgewogenen und nachhaltigen Ernährung in der Schulverpflegung. Zudem wurden die Teilnehmenden und alle sonstigen Interessierten eingeladen, an einer Aktionswoche zum Tag der Schulverpflegung teilzunehmen.

Sie haben die Veranstaltung verpasst? Wesentliche Informationen und Hinweise haben wir für Sie zusammengefasst:

### Fachimpuls 1: **Gesundheitliche Bedeutung einer nachhaltigen, pflanzenbasierten Ernährung in der Schulverpflegung**

Dr. Ulrike Kreinhoff,  
Geschäftsführerin der Sektion Hessen – DGE e.V.



Frau Dr. Kreinhoff erläuterte in ihrem Vortrag die gesundheitliche Bedeutung einer nachhaltigen, pflanzenbasierten Ernährung in der Schulverpflegung. Eine nachhaltige Ernährung ist eine Ernährung, die geringe Auswirkungen auf die Umwelt hat und gleichzeitig gesund, akzeptiert und wirtschaftlich tragbar ist. Aktuell trägt die Ernährung zu circa 25 bis 30 % an den weltweiten Treibhausgasen bei, einen Anteil, der laut Frau Dr. Kreinhoff verringert werden sollte, um die planetaren Grenzen nicht zu überschreiten.

Eine flexitarische Ernährung kann den Flächenbedarf für unsere Nahrungsmittel hierfür zum Beispiel um fast 20 % senken, eine vegetarische oder vegane Ernährung sogar bis zu 50 %. Vor diesem Hintergrund sollte der Verzehr tierischer Lebensmittel, die hohe Treibhausgasemissionen aufweisen verringert und dafür der Verzehr von pflanzlichen Lebensmitteln erhöht werden.

Um 2050 zehn Milliarden Menschen gesund und satt zu bekommen und die Erde zu schonen, wurde die „Planetary Health Diet“ entwickelt. Hierbei machen Obst und Gemüse 50 % der vorgeschriebenen Lebensmittel aus, Fleisch wird nur noch selten verzehrt. Auch die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) hat diese Entwicklung in ihren Empfehlungen berücksichtigt – gemäß des DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in Schulen sollte nur eine Portion Fleisch pro Woche in der Schulverpflegung angeboten werden.

Frau Dr. Kreinhoff empfahl daher zum einen, das Speiseangebot dahingehend zu verändern, dass mehr Hülsenfrüchte in den Speiseplan gelangen, die das Fleisch als Proteinlieferant ersetzen können. Zum anderen rat sie, die Verpflegung in das pädagogische Gesamtkonzept einzubinden und die Schülerinnen und Schüler somit durch positive Geschmackserlebnisse sowie einer zielgruppenorientierten Ernährungsbildung für eine gesunde und nachhaltigere Ernährung zu sensibilisieren.



#### Weiterführende Informationen:

- Kontakt Dr. Ulrike Kreinhoff: [info@dge-hessen.de](mailto:info@dge-hessen.de)
- [Ernährung und Nachhaltigkeit](#)
- [DGE-Ernährungskreis](#)
- [DGE-Lebensmittelpyramide](#)
- [DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen](#)
- [Planetary Health Diet](#)

#### Fachimpuls 2: Schulessen und Religion – Was es zu beachten gibt und wie ein interkulturelles sowie akzeptiertes Angebot gestaltet werden kann

Johanna-Elisabeth Giesenkamp,  
Diplom-Ökotrophologin (FH), Stadt Osnabrück



Frau Giesenkamp ging in ihrem Vortrag darauf ein, was es beim Thema Schulessen und Religion zu beachten gibt und wie ein interkulturelles Angebot gestaltet werden kann. Hierfür berichtete sie über die Speisevorschriften der verschiedenen Religionen.

Im Christentum gibt es keine verbotenen Lebensmittel. Im Gegensatz dazu werden im Islam Lebensmittel unterteilt in die Gruppen *halal*, also erlaubt, und *haram*, also verboten. Zu den verbotenen Lebensmitteln gehören neben Schweinefleisch und Alkohol auch Blut sowie Fleisch, welches nicht nach muslimischen Vorschriften geschlachtet wurde.

Auch das Judentum unterteilt die Lebensmittel in erlaubte, *koschere*, sowie nicht erlaubte, *trefe*, Lebensmittel. Neben einigen verbotenen Fleisch- und Fischarten sensibilisierte Frau Giesenkamp hier vor allem für die im Judentum vorgeschriebene Trennung von Milch- und Fleischprodukten. Darüber hinaus wurden Buddhismus und Hinduismus betrachtet, in denen es keine genau festgelegten Speisevorschriften, aber auch einige Empfehlungen und Verbote zum Fleischverzehr, gibt.

Als Fazit schloss Frau Giesenkamp ihren Vortrag damit, dass sie die Vereinbarkeit der Speisevorschriften in der Schulverpflegung als möglich erklärt. Insbesondere ein vegetarisches Angebot kann dieses gewährleisten. Damit alle Schülerinnen und Schüler aller Religionen gemeinsam essen können, bedarf es laut Frau Giesenkamp abschließend zudem einem guten Willen und viel Kommunikation zwischen allen Personen der Schulgemeinde – auch der Einbezug von Personen einer Glaubensrichtung außerhalb des schulischen Kontextes kann das Vertrauen in die Zubereitung unter den erläuterten Regeln steigern und somit zu einer Akzeptanzsteigerung des Angebots führen.

**Weiterführende Informationen:**

- [Johanna-Elisabeth Giesenkamp, Elisabeth Leicht-Eckardt, Thomas Nachtwey \(2013\): Inklusion durch Schulverpflegung – Wie die Berücksichtigung religiöser und ernährungsspezifischer Aspekte zur sozialen Inklusion im schulischen Alltag beitragen kann](#)
- [Ernährung auch eine Frage des Glaubens](#)
- [Multi-Kulti in der Mensa](#)
- [Inklusiver Speisenplan \(geeignet für Christen, Muslime, Juden, Buddhisten, Hinduisten und Vegetarier\)](#)

**Fachimpuls 3: Kulturelle Vielfalt in den Töpfen (er)leben!  
Mit interkultureller Kompetenz die Schulverpflegung gestalten**

*Gülbahar Erdem,  
M.A phil., Theologin, Islamwissenschaftlerin,  
Referentin für interkulturelle Kompetenz und interreligiösen Dialog*



Frau Erdem thematisierte in ihrem Vortrag die Relevanz einer interkulturellen Kompetenz im Hinblick auf die Gestaltung und Akzeptanz der Schulverpflegung. Hierfür erläuterte sie zu Beginn, dass Essen mehr ist als nur Nahrungsaufnahme, da es ist mit diversen Aspekten wie Emotionen, Ritualien, Kultur oder Religionen verbunden ist. Beim Thema Essen gewinnt auch zunehmend die Interkulturalität an Bedeutung, da in Deutschland die Anzahl der Personen mit Migrationshintergrund steigt und damit auch die Vielfalt an Religionen und ihren verschiedenen Ausprägungen zunimmt. Hierbei sind in Deutschland insbesondere Personen mit islamischer Religionszugehörigkeit zu nennen, die einen Anteil von 5 % an der deutschen Bevölkerung ausmachen. Die steigende Interkulturalität birgt laut Frau Erdem eine Herausforderung für die Schulverpflegung durch spezifische Speisevorschriften und Bedarfe, was auch die Kommunikation über das Essen betrifft.

Frau Erdem schlussfolgerte daraus, dass interkulturelle Kompetenz nötig sei. Hiermit ist die Fähigkeit gemeint, mit Angehörigen einer anderen Kultur kultursensibel, empathisch und wirkungsvoll zu interagieren. Um eine Interkulturelle Kompetenz zu erlernen, wurden die drei Phasen nach Hofstede erläutert, die hierfür durchlaufen werden müssen. Zunächst muss ein Bewusstsein für die eigene kulturelle Prägung geschaffen werden, in einem zweiten Schritt kommt es zum Aneignen von Wissen über die andere Kultur bevor die Befähigung erfolgt, die in den beiden ersten Schritten gelernten Fertigkeiten umzusetzen.

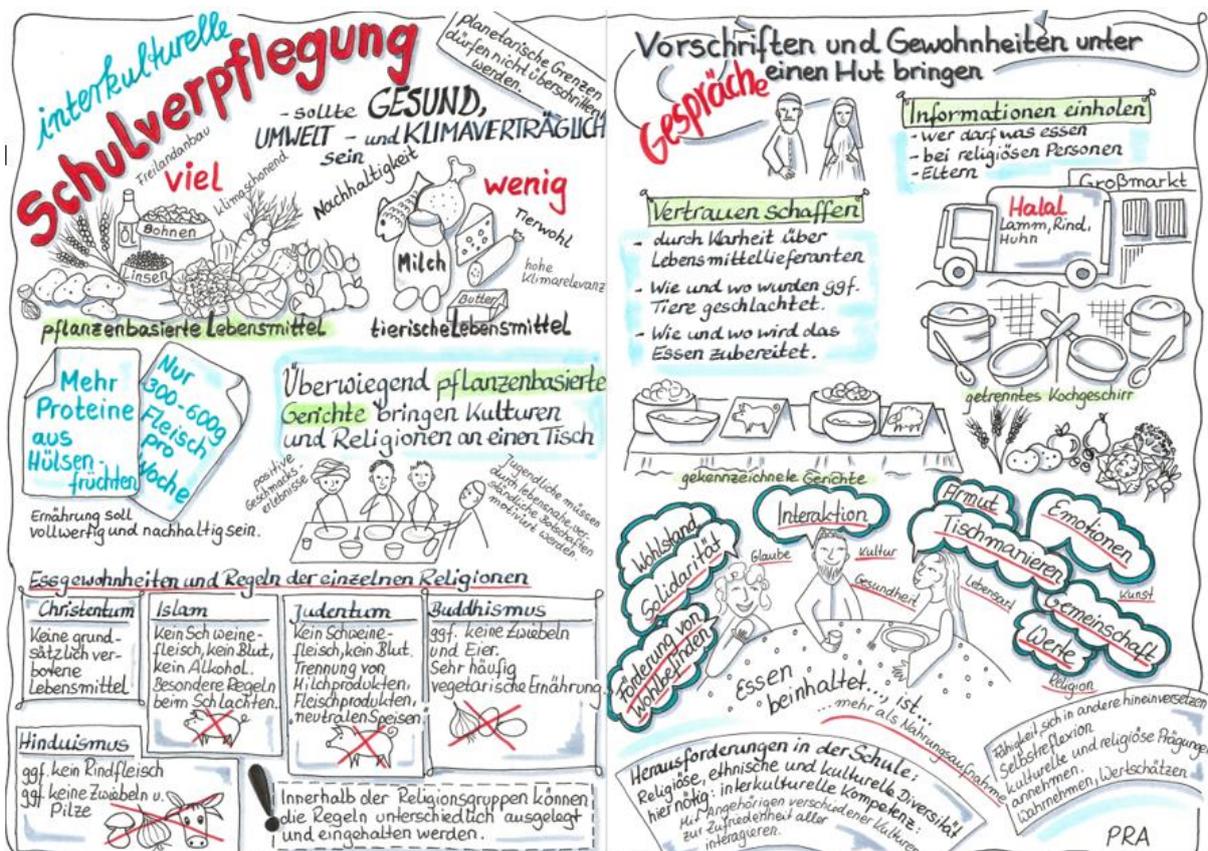
Doch was meint Kultur? Kultur sei mehr als typisch deutsch oder typisch türkisch, erläutert Frau Erdem, sondern etwas, was der Mensch selbst gestaltet, eine Vereinfachung des Alltags oder auch ein Orientierungssystem. An der Schule sollte die Vielfalt an unterschiedlichen Kulturen und die damit einhergehenden individuellen Bedürfnisse wahrgenommen und wertgeschätzt werden. Der Essensplan und die Beziehungen sollten laut Frau Erdem interkulturell gestaltet werden, damit der Ganzttag gelingen kann.



**Weiterführende Informationen:**

- [Essen als Ideologie oder Ersatzreligion](#)
- [Essen verändert die Welt](#)
- [Broschüre: Kompass Ernährung "Gemeinsam gut essen Ernährung in Kita und Schule"](#)
- [Vielfalt der Esskulturen](#)
- [Hofstede: Geert and Gert Jan Hofstede's site](#)

**Graphic Recording: Vegetarische Gerichte aus aller Welt – interkulturelle Schulverpflegung als Chance**  
Pia Rüssel, Lehrerin



**interkulturelle Schulverpflegung**  
- sollte **GESUND, UMWELT- und KLIMAVERTRÄGLICH** sein  
- planetarische Grenzen dürfen nicht überschritten werden

**viel** Freilandanbau, Klimashonen, Nachhaltigkeit  
**wenig** Tierwohl, hohe Klimarelevanz

**pflanzenbasierte Lebensmittel** (Bohnen, Linsen, Getreide)  
**tierische Lebensmittel** (Milch, Butter)

**Mehr Proteine aus Hülsenfrüchten** (Nur 300-600g Fleisch pro Woche)  
Ernährung soll vollwertig und nachhaltig sein.

**Überwiegend pflanzenbasierte Gerichte bringen Kulturen und Religionen an einen Tisch**  
positive Geschmackserlebnisse, Jugendliche müssen durch Lebensmittelverträgliche Beispielen motiviert werden

**Essgewohnheiten und Regeln der einzelnen Religionen**

<b>Christentum</b> Keine grundsätzlich verbotene Lebensmittel	<b>Islam</b> Kein Schweinefleisch, kein Blut, kein Alkohol. Besondere Regeln beim Schlachten.	<b>Judentum</b> Kein Schweinefleisch, kein Blut. Trennung von Milchprodukten, Fleischprodukten, neutralen Speisen.	<b>Buddhismus</b> ggf. keine Zwiebeln und Eier. Sehr häufig vegetarische Ernährung.
<b>Hinduismus</b> ggf. kein Rindfleisch, ggf. keine Zwiebeln u. Pilze	! Innerhalb der Religionsgruppen können die Regeln unterschiedlich ausgelegt und eingehalten werden.		

**Vorschriften und Gewohnheiten unter einem Hut bringen**  
**Gespräche**

**Informationen einholen**  
- wer darf was essen  
- bei religiösen Personen  
- Eltern

**Vertrauen schaffen**  
- durch Klarheit über Lebensmittellieferanten  
- Wie und wo wurden ggf. Tiere geschlachtet.  
- Wie und wo wird das Essen zubereitet.

**Halal** (Lamm, Rind, Huhn) Großmarkt  
getrenntes Kochgeschirr

**gekennzeichnete Gerichte**

**Wohland Solidarität**, **Interaktion**, **Werte** (Glaube, Kultur, Gesundheit, Lebensmittel, Religion, Kunst, Emotionen, Tischmanieren, Gemeinschaft)

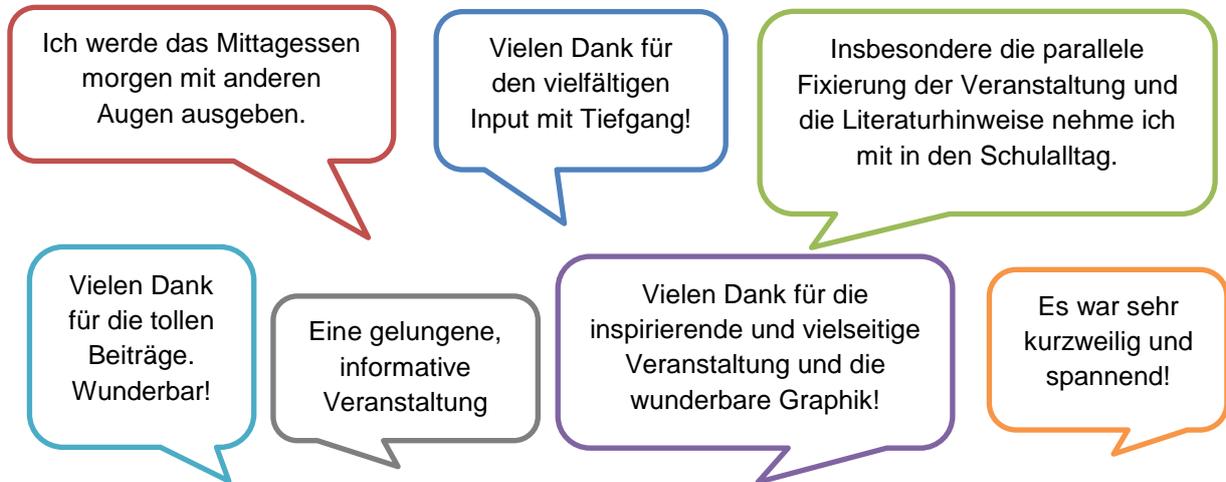
**Essen beinhaltet... ist... mehr als Nahrungsaufnahme**

**Herausforderungen in der Schule:** Religiöse, ethnische und kulturelle Diversität hier nötig: interkulturelle Kompetenz, Zugehörigen verschiedener Kulturen zur Zufriedenheit aller interagieren.

**Fähigkeit sich in andere hineinzuversetzen, Selbstreflexion, kulturelle und religiöse Prägungen annehmen, Wertschätzen**

PRA

## Abschluss und Ausblick



Wie die Eindrücke der Teilnehmenden zu der Veranstaltung zeigten, konnten die Referierenden den Auftakt zum Tag der Schulverpflegung in Hessen mit interessanten und informativen Fachvorträgen sowie vielfältigen Anregungen für den Schulalltag anstoßen.

## Teilnehmende

Insgesamt haben sich knapp 40 Teilnehmende zu der Online-Veranstaltung zugeschaltet – darunter ein buntes Publikum von Schulleitungen, Lehrkräften, Schulträgern, Caterern, Leitungen bzw. Mitarbeitenden in Mensa oder Schulverpflegung, Verpflegungsbeauftragten, sowie Vertreterinnen und Vertretern von Institutionen und Verbänden:

### In welcher Funktion sind Sie tätig?



- |                            |                           |                           |
|----------------------------|---------------------------|---------------------------|
| ■ Schulmitarbeitende       | ■ Lehrkraft               | ■ Catererunternehmen      |
| ■ Multiplikatoren          | ■ Mensa, Schulverpflegung | ■ Verpflegungsbeauftragte |
| ■ Institutionen & Verbände | ■ Schulträger             | ■ Schulleitung            |
| ■ sonstige                 |                           |                           |



Wir bedanken uns bei allen Teilnehmenden und Referierenden auch für das positive Feedback und freuen uns bereits auf die Veranstaltung im nächsten Jahr.

Beispiele gelingender Praxis im Bereich Schulverpflegung inklusive Kontaktdaten für einen Erfahrungsaustausch können Sie jederzeit hier einsehen: [Beispiele gelingender Praxis](#)

## Hessischer Tag der Schulverpflegung – Aktionswoche und Wettbewerb



© inform / BMEL

### Vegetarische Gerichte aus aller Welt – interkulturelle Schulverpflegung als Chance

- Was?:** vegetarische Woche am Schulkiosk und/oder der Mensa
- Wie?:** begleitend mit kleinen Projekten, Aktionen und Unterrichtseinheiten auf die Bedeutung einer nachhaltigen, gesundheitsförderlichen sowie pflanzenbetonten Ernährung im Kontext der Interkulturalität eingehen
- Wann?:** flexibel im ersten Schulhalbjahr 2022/23

**BEGLEITINFORMATION ZUM HESSISCHEN TAG DER SCHULVERPFLEGUNG 2022**

Vegetarische Gerichte aus aller Welt – interkulturelle Schulverpflegung als Chance

In Kooperation mit:

**NÄHRWERT-VERGLEICH: LINSEN IM VERRLEICH ZU HÄHNCHENBRUST**

	Linse (pro 100g getrocknete)	Hähnchenbrust (pro 100g gegart)
Energie	340 kcal	160 kcal
Protein	25 g	22 g
Fett	1 g	0 g
Kohlenhydrate	21 g	0 g
Kcal/g	16,5	1,6

**SO KLAPPT'S MIT DER ZEHNERSTREIFUNG**

Linse sind getrocknet oder bereits vorgekocht in Konserven erhältlich. Beide Varianten sind lange haltbar und somit optimal für die Veranschaulichung. Während Linse aus der Dose ohne weiteres Erhitzen für Gerichte wie Salate und Aufläufe verwendet werden können, müssen getrocknete Linse vorher gekocht werden. Da es – wie alle anderen Hülsenfrüchte – Antinährstoffe enthält, ist es relevant Linse vor der Zubereitung und Verarbeitung einzuschälen. Durch dieses Vorgabe kann der Phytinsäuregehalt gesenkt und die Aufnahme wertvoller Vitamine und Mineralstoffe gesteigert werden. Ungeschält, also inklusive und ohne Linse, können prozentual mehrere Stunden eingeweicht werden. Bei geschälten, wie gelbes oder rotes Linse, sollte dies allerdings nicht länger als einige Minuten dauern, da die Garzeit mit 22 bis 23 Minuten ohnehin sehr gering ist. Durch längeres Einweichen werden die Linse zu schmelzbar, in jedem Fall sollte das Einweichwasser, in welchem die Antinährstoffe größt sind, abgeseigt und mit kaltem frischem Wasser ersetzt werden.

**Linse harmonieren mit zahlreichen Gewürzen und werden traditionell in vielen internationalen Gerichten eingesetzt. In Indien sind die kleinen Hülsen besonders beliebt für Curry oder Dhal. Für indisches Gericht werden rote oder gelbe Linse in der indischen Küche zusammen mit Gemüse und Gewürzen so lange gekocht, bis sie zerfallen. Serviert wird der würrige Eintopfgericht in einer aus Pflanzöl (Dahl) und zusammen mit Reis oder Naan Brot gegessen. Auch in orientalischen Gerichten wird gerne auf Linse zurückgegriffen, ähnlich sind Falafel aus Linse, arabische von Kichererbsen oder würrige Salate sowie Aufstriche, in der mediterranen Küche sind Linse in Salaten oder Suppen sehr beliebt.**

**Mit einem Kochzeit von nur 30 Minuten lassen sich diese Linse einfach und schnell zubereiten. Bei grobem und feinem Schnitt lässt die Gerichte bis zu 10 Minuten im Backofen durch vorheizen ebenfalls einfach zubereiten.**

**Internationale Must-Cooks mit Linse**

**SCHWEDEN** **HERRLICH SCHWEDISCH: VEGGIE-KÖTTBULLAR MIT CREMIGEM KARTOFFELSTAMPE**

Dieses köstliche Querschnitt ist nicht nur vegetarisch, sondern auch super lecker. Und so kann es die Kombination aus Veggie-Makrillchen, cremigen Kartoffelstampf, Sahnekartoffel und gutem schwedischem Kottbullar-Soßebelegen. Guten Appetit – oder wie man in Schweden sagt: Smakig måll!

**MAKRELE**

Die meisten Werte von Makrele sind unschlagbar. Denn neben ihrem hohen Vitamingehalt von knapp 80 Prozent enthält die köstliche fettreiche Makrele Proteine und B-Vitamine. Hier kommt Vitamin B12 hinzu, das ausschließlich tierische Produkte, aber auch verschiedene Kottbullare, welche Getreidebrotbrot und Getreidebrot sowie Mineralstoffe, für welche Phosphor in Deutschland ist die köstliche Gemüse getrocknet regional erhältlich – von Juni bis Oktober sind hoch getrocknete Fisch und zwischen November und Mai als Lagerware. Je nach Stärkegehalt werden die rund 4.000 Kottbullare in verschiedenen Sorten zubereitet. Kategorien: vegetarisch, festlich, vorwiegend festlich und sowie vegetarisch. Die besten Sorten sind vegetarisch, unter anderem sind je nach Gericht, aber auch der eigene Geschmack spielt hier eine Rolle. Während für Fleisch die Regel auf mäßigkochende Sorten zurückgegriffen wird, sollten für Salate, Grillen und Chips festkochende Kottbullar bevorzugt werden. In Curry oder Eintöpfen lassen sich Kottbullare ebenfalls vorwiegend festkochende Sorten.



### Weiterführende Informationen:

- [Begleitinformation zum Hessischen Tag der Schulverpflegung mit den Handouts der Referierenden, Wissenswertem zum Thema Hülsenfrüchte, unterstützenden Materialien sowie leckeren, interkulturellen und vegetarischen Rezepten](#)
- [Schreiben zum Hessischen Tag der Schulverpflegung für die Schulgemeinde](#)
- [Teilnahmeformular für den Wettbewerb zur Aktionswoche und Einverständniserklärung](#)
- [Rezeptvorlage zum Einsenden von Rezeptideen](#)

**Kontakt:** Für Rückfragen und weitere Informationen zur Veranstaltung können Sie sich gerne an uns wenden.



#### Vernetzungsstelle Schulverpflegung Hessen

Jessica Füger

Telefon: 069 / 38989 367

E-Mail: [Vernetzungsstelle.Schulverpflegung.LA@kultus.hessen.de](mailto:Vernetzungsstelle.Schulverpflegung.LA@kultus.hessen.de)



#### Landeskoordinatorin Hessische Umweltschulen

Silke Bell

Telefon: 0611 / 815 1361

E-Mail: [silke.bell@kultus.hessen.de](mailto:silke.bell@kultus.hessen.de)



#### Serviceagentur „Ganztätig lernen“ Hessen

Kanda Tatari

Telefon: 069 / 38989 286

E-Mail: [Kanda.Tatari@kultus.hessen.de](mailto:Kanda.Tatari@kultus.hessen.de)



In Kooperation mit: