

## Bürgermeister Gerhard Gründl Schörfling am Attersee

Gesunde Küche wird in Schörfling am Attersee schon bei den Kleinen ganz groß geschrieben. Mir als Bürgermeister ist die Verwendung von gesunden, regionalen und saisonalen Lebensmitteln sehr wichtig. Es freut mich, dass unsere Gemeinde die Auszeichnung für die Schulküche der NMS Schörfling erhalten hat. Ebenso erhalten einige Schulen und Kinderbetreuungseinrichtungen unserer Nachbargemeinde/n unser *Gesunde Küche*-Menü.



## Arbeitskreisleiterin und Vizebürgermeisterin Anneliese Bräuer Gesunde Gemeinde Oberneukirchen

Mit der Gesunden Küche können wir als Gesunde Gemeinde für Schul- und Kindergartenkinder einen wichtigen Beitrag leisten, indem wir ein gesundes und abwechslungsreiches Mittagessen anbieten. Ein besonderer Dank gilt dem Team der Schulküche, das täglich zwischen 250 bis 300 Menüs zubereitet. Die Auszeichnung sehe ich als einen wichtigen Beitrag zur Gesundheitsförderung, denn gesundes Essverhalten in der Schule und im Kindergarten bietet unseren Kindern die Chance dies auch im Familienalltag einzubringen.



## Schulköchin Gisela Pfarrhofer und Team Schulküche der VS Engerwitzdorf-Schweinbach

### Was motiviert Sie und Ihr Küchenteam beim Projekt?

Mit der Gesunden Küche möchten wir unseren Kindern eine abwechslungsreiche Kost anbieten. Es motiviert uns, wenn wir neue Rezepte ausprobieren und die Kinder die neuen Gerichte gerne essen.



Über eine Zeitspanne von bis zu 8 Jahren können Kinder unsere geschmackvolle Küche in Anspruch nehmen. Bereits von den jüngsten Kindern wird es sehr gut angenommen. Manchmal bedarf es allerdings ein bisschen Geduld, um den Gaumen der Kinder an neue Geschmackserlebnisse zu gewöhnen.

### Was macht das Projekt für Sie erfolgreich?

Da wir mit unserer Gesunden Küche eine große Verantwortung für die Entwicklung der Kinder übernehmen, freut es uns ganz besonders, wenn sich neue Gerichte zu „Lieblingessen“ entwickeln. Im respektvollen Umgang mit Lebensmitteln sehen auch Eltern unseren Speiseplan als Anregung für die eigene Küche.



Foto: Land OÖ



Foto: Land OÖ



Foto: @nblxer - stock.adobe.com



### Impressum

Medieninhaber und Herausgeber: Amt der Oö. Landesregierung  
Direktion Soziales und Gesundheit, Abteilung Gesundheit  
Bahnhofplatz 1, 4021 Linz  
Telefon 0732/7720-14133  
E-Mail: [post@gesund-es-oberoesterreich.at](mailto:post@gesund-es-oberoesterreich.at)  
[www.gesund-es-oberoesterreich.at](http://www.gesund-es-oberoesterreich.at)  
Gestaltung: Abteilung Presse/DTP-Center [2021322]  
Fotos: Landespressediens; Portrait LH-Stv.™ Haberlander: Weihbold; Titelfoto: @jackfrog - stock.adobe.com  
Informationen zum Datenschutz finden Sie unter: [www.land-oberoesterreich.gv.at/datenschutz](http://www.land-oberoesterreich.gv.at/datenschutz)

Die Teilnahme des Verpflegers an der Gesunden Küche ist eine Voraussetzung für ausgezeichnete Gesunde Kindergärten und Krabbelstuben.



# Gesunde Küche

Ein Gesundheitsförderungsprojekt im Rahmen  
des Netzwerks Gesunde Gemeinde

Eine Initiative von Gesundheitsreferentin  
und Landeshauptmann-Stellvertreterin  
Mag.<sup>a</sup> Christine Haberlander

Gesundes  ober  
österreich





## Essen mit Mehrwert

Essen außer Haus muss mehr bieten als nur satt zu machen und gut zu schmecken. So kommt in der Gemeinschaftsverpflegung dem Gesundheitswert von Speisen eine große Bedeutung zu. Ein ausgewogenes Speisenangebot bietet viele Chancen, die Gesundheits- und Ernährungskompetenz zu fördern und so auf das Wohlbefinden und die Verhinderung von Zivilisationskrankheiten positiv einzuwirken.

Gesunde Küche-Betriebe bieten ein abwechslungsreiches und dem jeweiligen Bedarf angepasstes Essen an, welches gesunde Lebensmittel in den Mittelpunkt rückt und die traditionelle Hausmannskost dennoch nicht in den Hintergrund drängt. Damit wird Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen ein aktiver Beitrag zu einem bewussten Lebensstil ermöglicht und ein gesundes Essverhalten, insbesondere im Kindesalter, nachhaltig gefördert.

  
Mag. Thomas Stelzer  
Landeshauptmann

  
Mag. Christine Haberlandner  
Landeshauptmann-Stellvertreterin

## Zielgruppen

- Kindergarten- und Schulküche
- Küche im Alten- und Pflegeheim
- Betriebsrestaurant, Kantine
- Gastronomiebetrieb im Rahmen der Mittagsverpflegung von Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen

## Vorteile für Gesunde Küche-Betriebe

- Beratung durch Ernährungsexpertinnen/Ernährungsexperten
- Geprüftes Speisenangebot
- Auszeichnungsurkunde des Landes OÖ
- Fortbildungsseminare zu praxisrelevanten Fachthemen
- Erfahrungsaustausch
- Gesunde Küche-News
- Veröffentlichung der ausgezeichneten Betriebe unter [www.gesundes-oberoesterreich.at](http://www.gesundes-oberoesterreich.at)



## Der Weg zur Auszeichnung Gesunde Küche

### Basisseminar

**Teilnahme** von mindestens einer Mitarbeiterin/einem Mitarbeiter der Küche

### Anmeldung

**Anmeldung mittels Formular und Fragebogen:**

[www.gesundes-oberoesterreich.at](http://www.gesundes-oberoesterreich.at)

> **Netzwerke** > **Gesunde Küche** > **Downloadbereich**

### Modul 1

**Statuserhebung und Beratung im Betrieb** durch eine Diätologin/einen Diätologen oder Ernährungswissenschaftlerin/Ernährungswissenschaftler

### Modul 2

Hinführung zur **Erfüllung der Projekt-Kriterien** und Freigabe der Auszeichnung

### Verleihung Urkunde Gesunde Küche

Die Urkunde ist unbefristet gültig, unter der Voraussetzung, dass die Gesunde Küche-Kriterien erfüllt werden.



Foto: @Africa Studio - stock.adobe.com



Foto: @almaje - stock.adobe.com



Foto: Land OÖ

## Die Auszeichnung Gesunde Küche ist ein Markenzeichen für ernährungsphysiologische Qualität und saisonale Küche.

**Sie berücksichtigt folgende Grundsätze:**

- Lebensmittelvielfalt mit regelmäßigem Angebot von Gemüse und Obst, bevorzugt aus der Saison
- Gezielter Einsatz von Vollkornprodukten, Hülsenfrüchten, Nüssen, Samen und Fisch
- Sparsame Verwendung von Zucker und Fett



**Küchenleiter Mario Häusler**  
**Zentralküche Wimpassing**

**Was hat Sie und Ihr Team motiviert beim Projekt mitzumachen?**

Wir wollen den Kindern zumindest einmal täglich ein kindgerechtes, ausgewogenes, gesundes und wenn möglich regional abgestimmtes Essen anbieten und Ernährungsexpertinnen und -experten des Landes OÖ unterstützen uns dabei mit ihrer Fachkompetenz.

**Die Zentralküche verpflegt unterschiedliche Altersgruppen. Wie kommt das Essen bei den Kindern an?**

Zu Beginn war alles neu – zu viel Gemüse, zu wenig Fleisch – aber dafür Abwechslung. Diese momentanen Änderungen waren zum Teil für die Kinder sowie für das pädagogische Personal gewöhnungsbedürftig. Nach gut einem Jahr hat sich alles zum Positiven entwickelt. Unsere Kinder, sowie unsere externen Verpflegungsteilnehmerinnen und -teilnehmer loben unsere Küche in höchsten Tönen. Das spornt uns immer wieder zu neuen Herausforderungen an.

**Sind die Kosten seit der Umstellung auf Gesunde Küche gestiegen?**

Nein. Mit Umschichtungen im Einkauf – sprich, weg von Convenience und hin zu Frische, konnte sogar Geld gespart werden und in andere Projekte investiert werden.

**Was sind Ihre Erfolgsfaktoren?**

Durch gute und konstruktive Kommunikation überzeugen. Im Gesamten müssen alle – die Küche, die Pädagoginnen und Pädagogen, die Eltern sowie die Politik an einem Strang ziehen, damit unsere Kinder die Möglichkeit haben, eine gesunde und ausgewogene Ernährung zu erhalten.



Foto: @ Maksim Smeljov - stock.adobe.com