

Inhaltsverzeichnis

Vorwort

Serviceseite

Fachliche Beratung, Testküche und Autoren

- I Benutzung Ihres Loseblattwerks
 „Verpflegungskonzepte für Klinik, Reha und Senioreneinrichtungen“**
- 1 Aufbau Ihres Loseblattwerks**
- 2 Die Wochenspeisenpläne**
 - 2.1 Aufbau der Wochenspeisenpläne
- 3 Die Rezepte**
 - 3.1 Abwandlung – Vegetarisch
 - 3.2 Schöpfkellenplan
 - 3.3 Fonds und Soßen
 - 3.4 Kartoffelbeilagen
 - 3.5 Pastabeilagen
 - 3.6 Reis- und Getreidebeilagen
 - 3.7 Gemüsebeilagen
- 4 Allergen- und Nährwertkennzeichnung von Speisen und Speisenplänen**
Allergenlegende für die Wochenspeisenpläne
- 5 Benutzung der CD-ROM**
- II Nährstoffe, Ernährungsphysiologie und ausgewählte Krankheitsbilder**
- 1 Einleitung**
- 2 Vollkost und leichte Vollkost**
 - 2.1 Vollkost
 - 2.2 Leichte Vollkost
- 3 Nährstoffe, Empfehlungen und Ernährungsphysiologie**
 - 3.1 Energie, Energiebedarf, Energieverbrauch

- 3.2 Das Körpergewicht
- 3.3 Eiweiß (Protein)
- 3.4 Fette
- 3.5 Kohlenhydrate
- 3.6 Ballaststoffe sind wichtig
- 3.7 Flüssigkeit
- 3.8 Vitamine: kleine Menge – große Wirkung
- 3.9 Mineralstoffe: ohne sie läuft nichts!
- 3.10 Schulung: Vitamine und Mineralstoffe
 - 3.10.1 Begleitseiten
 - 3.10.2 Handout
 - 3.10.3 Testbogen
 - 3.10.4 Lösungen
 - 3.10.5 Schulungscharts zum Thema: Vitamine und Mineralstoffe
- 3.11 Sekundäre Pflanzenstoffe
 - 3.11.1 Definition
 - 3.11.2 Zufuhrempfehlungen
 - 3.11.3 Bioverfügbarkeit
 - 3.11.4 Sekundäre Pflanzenstoffe in der Ernährung von Senioren
 - 3.11.5 Carotinoide
 - 3.11.6 Flavonoide
 - 3.11.7 Wirkung weiterer sekundärer Pflanzenstoffe (Ernährungsbericht 2008)
- 3.12 Funktionelle Lebensmittel
 - 3.12.1 Was sind funktionelle Lebensmittel?
 - 3.12.2 Rechtliche Aspekte
 - 3.12.3 Funktionelle Lebensmittel in der Seniorenernährung
 - 3.12.4 Lebensmittel und Lebensmittelbestandteile mit funktioneller Wirkung
- 3.13 Hülsenfrüchte – hochwertig und vielseitig
 - 3.13.1 Die Pflanze
 - 3.13.2 Verzehr im Wandel
 - 3.13.3 Ernährungswert
 - 3.13.4 Leichter bekömmlich – was tun?
 - 3.13.5 Hülsenfrüchte nicht roh verzehren
 - 3.13.6 Achtung – bei erhöhtem Harnsäurespiegel
 - 3.13.7 Küchentechnische Aspekte

3.14	Ernährung des Immunsystems
3.14.1	Das Abwehrsystem
3.14.2	Auf die Energie- und Nährstoffzufuhr achten
3.14.3	Mit Essen und Trinken das Immunsystem optimieren
3.14.4	Auf die Verdauung achten
3.14.5	Fremdstoffe in der Nahrung
3.15	Prä- und Probiotika
3.15.1	Definition Prä- und Probiotika
3.15.2	Der Dickdarm
3.15.3	Rechtliche Grundlagen
3.15.4	Probiotische Lebensmittel
3.15.5	Präbiotische Lebensmittel
3.15.6	Pro- und Präbiotika im Speiseplan
3.16	Convenience-Produkte
3.16.1	Was sind Convenience Produkte
3.16.2	Vor- und Nachteile von Convenience-Produkten
3.17	Bowl Food Der neue Food-Trend aus der Schale
3.17.1	Definition und Ursprung: Was bedeutet eigentlich Food Bowl?
3.17.2	Stellenwert in der Ernährung
3.17.3	Bowl-Rezepte
3.17.4	Schlussbemerkung
4	Lebensmittelunverträglichkeiten
4.1	Lebensmittelunverträglichkeiten: von Laktoseintoleranz bis Zöliakie
4.2	Lebensmittelallergien – weltweit auf dem Vormarsch
4.3	Lebensmittelintoleranz
4.4	Was muss auf die Speisekarte?
5	Ausgewählte diätetisch beeinflussbare Krankheitsbilder
5.1	Stoffwechselerkrankungen
5.2	Weitere diätetisch beeinflussbare Erkrankungen
5.3	Schulung: Richtige Ernährung und Bewegung bei Osteoporose
5.3.1	Begleitseiten
5.3.2	Handout
5.3.3	Testbogen
5.3.4	Lösungen
5.3.5	Schulungscharts zum Thema: Richtige Ernährung und Bewegung bei Osteoporose

6 Ernährung älterer Menschen

- 6.1 Ernährung von Senioren
- 6.2 Demenz und Ernährung
- 6.3 Kaustörungen
- 6.4 Schluckstörungen
- 6.5 Mit süßschmeckenden Speisen den Appetit fördern

III DGE-Qualitätsstandards

1 DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in stationären Senioreneinrichtungen, Krankenhäusern und Rehabilitationskliniken

2 Gestaltung der Verpflegung

- 2.1 Lebensmittelauswahl
- 2.2 Anforderungen an die Speisenplanung
- 2.3 Speisenherstellung
- 2.4 Nährstoffzufuhr durch die Vollverpflegung
- 2.5 Speisenangebot bei besonderen Anforderungen
 - 2.5.1 Verpflegung bei Mangelernährung
 - 2.5.2 Kostform bei Kau- und Schluckstörungen
 - 2.5.3 Wunschkost
- 2.6 Essatmosphäre
- 2.7 Personalqualifikation
- 2.8 Tischgastbefragung als Mittel zur Qualitätssteigerung

3 Unterschiede und Besonderheiten der DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in stationären Senioreneinrichtungen, Krankenhäusern und Rehabilitationskliniken

- 3.1 Unterschiede und Besonderheiten des DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in stationären Senioreneinrichtungen
- 3.2 Unterschiede und Besonderheiten des DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in Krankenhäusern
- 3.3 Unterschiede und Besonderheiten des DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in Rehabilitationskliniken

4 Zertifizierung

- 4.1 Zertifikatslogo
- 4.2 Zusammenarbeit mit Caterern
- 4.3 Ablauf der Zertifizierung

IV **Wochenspeisenplan Woche 1**

Wichtige Hinweise für den Einsatz dieses nährstoffoptimierten Wochenspeisenplans

Wochenspeisenplanerklärung

PAL 1,2 Senioren Woche 1

Wochenspeisenplan – Vollkost

Wochenübersicht der Nährwerte – Vollkost

PAL 1,4 Senioren/PAL 1,2 Klinik Woche 1

Wochenspeisenplan – Vollkost

Wochenübersicht der Nährwerte – Vollkost

PAL 1,4 Reha Woche 1

Wochenspeisenplan – Vollkost

Wochenübersicht der Nährwerte – Vollkost

1 Frühstück

1.1 Frühstück PAL 1,2 Senioren

1.2 Frühstück PAL 1,4 Senioren/PAL 1,2 Klinik

1.3 Frühstück PAL 1,4 Reha

2 Mittagessen (für alle drei PAL-Gruppen)

2.1 Vorspeise

2.2 Hauptspeise

2.3 Dessert

3 Abendessen

3.1 Abendessen PAL 1,2 Senioren

3.2 Abendessen PAL 1,4 Senioren/PAL 1,2 Klinik

3.3 Abendessen PAL 1,4 Reha

V Wochenspeisenplan Woche 2

Wichtige Hinweise für den Einsatz dieses nährstoffoptimierten Wochenspeisenplans

Wochenspeisenplanerklärung

PAL 1,2 Senioren Woche 2

Wochenspeisenplan – Vollkost

Wochenübersicht der Nährwerte – Vollkost

PAL 1,4 Senioren/PAL 1,2 Klinik Woche 2

Wochenspeisenplan – Vollkost

Wochenübersicht der Nährwerte – Vollkost

PAL 1,4 Reha Woche 2

Wochenspeisenplan – Vollkost

Wochenübersicht der Nährwerte – Vollkost

1 Frühstück

1.1 Frühstück PAL 1,2 Senioren

1.2 Frühstück PAL 1,4 Senioren/PAL 1,2 Klinik

1.3 Frühstück PAL 1,4 Reha

2 Mittagessen (für alle drei PAL-Gruppen)

2.1 Vorspeise

2.2 Hauptspeise

2.3 Dessert

3 Abendessen

3.1 Abendessen PAL 1,2 Senioren

3.2 Abendessen PAL 1,4 Senioren/PAL 1,2 Klinik

3.3 Abendessen PAL 1,4 Reha

VI **Wochenspeisenplan Woche 3**

Wichtige Hinweise für den Einsatz dieses nährstoffoptimierten Wochenspeisenplans

Wochenspeisenplanerklärung

PAL 1,2 Senioren Woche 3

Wochenspeisenplan – Vollkost

Wochenübersicht der Nährwerte – Vollkost

PAL 1,4 Senioren/PAL 1,2 Klinik Woche 3

Wochenspeisenplan – Vollkost

Wochenübersicht der Nährwerte – Vollkost

PAL 1,4 Reha Woche 3

Wochenspeisenplan – Vollkost

Wochenübersicht der Nährwerte – Vollkost

1 Frühstück

1.1 Frühstück PAL 1,2 Senioren

1.2 Frühstück PAL 1,4 Senioren/PAL 1,2 Klinik

1.3 Frühstück PAL 1,4 Reha

2 Mittagessen (für alle drei PAL-Gruppen)

2.1 Vorspeise

2.2 Hauptspeise

2.3 Dessert

3 Abendessen

3.1 Abendessen PAL 1,2 Senioren

3.2 Abendessen PAL 1,4 Senioren/PAL 1,2 Klinik

3.3 Abendessen PAL 1,4 Reha

VII Wochenspeisenplan Woche 4

Wichtige Hinweise für den Einsatz dieses nährstoffoptimierten Wochenspeisenplans

Wochenspeisenplanerklärung

PAL 1,2 Senioren Woche 4

Wochenspeisenplan – Vollkost

Wochenübersicht der Nährwerte – Vollkost

PAL 1,4 Senioren/PAL 1,2 Klinik Woche 4

Wochenspeisenplan – Vollkost

Wochenübersicht der Nährwerte – Vollkost

PAL 1,4 Reha Woche 4

Wochenspeisenplan – Vollkost

Wochenübersicht der Nährwerte – Vollkost

1 Frühstück

1.1 Frühstück PAL 1,2 Senioren

1.2 Frühstück PAL 1,4 Senioren/PAL 1,2 Klinik

1.3 Frühstück PAL 1,4 Reha

2 Mittagessen (für alle drei PAL-Gruppen)

2.1 Vorspeise

2.2 Hauptspeise

2.3 Dessert

3 Abendessen

3.1 Abendessen PAL 1,2 Senioren

3.2 Abendessen PAL 1,4 Senioren/PAL 1,2 Klinik

3.3 Abendessen PAL 1,4 Reha

VIII **Wochenspeisenplan Woche 5**

Wichtige Hinweise für den Einsatz dieses nährstoffoptimierten Wochenspeisenplans

Wochenspeisenplanerklärung

PAL 1,2 Senioren Woche 5

Wochenspeisenplan – Vollkost

Wochenübersicht der Nährwerte – Vollkost

PAL 1,4 Senioren/PAL 1,2 Klinik Woche 5

Wochenspeisenplan – Vollkost

Wochenübersicht der Nährwerte – Vollkost

PAL 1,4 Reha Woche 5

Wochenspeisenplan – Vollkost

Wochenübersicht der Nährwerte – Vollkost

1 Frühstück

1.1 Frühstück PAL 1,2 Senioren

1.2 Frühstück PAL 1,4 Senioren/PAL 1,2 Klinik

1.3 Frühstück PAL 1,4 Reha

2 Mittagessen (für alle drei PAL-Gruppen)

2.1 Vorspeise

2.2 Hauptspeise

2.3 Dessert

3 Abendessen

3.1 Abendessen PAL 1,2 Senioren

3.2 Abendessen PAL 1,4 Senioren/PAL 1,2 Klinik

3.3 Abendessen PAL 1,4 Reha

IX Wochenspeisenplan Woche 6

Wichtige Hinweise für den Einsatz dieses nährstoffoptimierten Wochenspeisenplans

Wochenspeisenplanerklärung

PAL 1,2 Senioren Woche 6

Wochenspeisenplan – Vollkost

Wochenübersicht der Nährwerte – Vollkost

PAL 1,4 Senioren/PAL 1,2 Klinik Woche 6

Wochenspeisenplan – Vollkost

Wochenübersicht der Nährwerte – Vollkost

PAL 1,4 Reha Woche 6

Wochenspeisenplan – Vollkost

Wochenübersicht der Nährwerte – Vollkost

1 Frühstück

1.1 Frühstück PAL 1,2 Senioren

1.2 Frühstück PAL 1,4 Senioren/PAL 1,2 Klinik

1.3 Frühstück PAL 1,4 Reha

2 Mittagessen (für alle drei PAL-Gruppen)

2.1 Vorspeise

2.2 Hauptspeise

2.3 Dessert

3 Abendessen

3.1 Abendessen PAL 1,2 Senioren

3.2 Abendessen PAL 1,4 Senioren/PAL 1,2 Klinik

3.3 Abendessen PAL 1,4 Reha

Inhalt

Autoren

- I** **Rechtsvorschriften und Umsetzung**
- 1** **Pflichten der Verantwortlichen im GV- und Gastronomie-Bereich**
K. Menzel
- 2** **To-go-Essen: Richtiger Umgang mit Speisen und Getränken im Außer-Haus-Verkauf**
K. Dieter
- 3** **Fragen & Antworten zu mikrobiologischen Eigenkontrollen**
K. Menzel
- 4** **Fallbeispiele Allergenmanagement**
K. Dieter
- 5** **Rechtliche und hygienische Voraussetzungen für den Umgang mit und das Inverkehrbringen von Lebensmitteln tierischer Herkunft**
W. Kulow
- II** **Dokumentation**
- 1** **Dokumentation – wie und warum?**
- 2** **Fragen & Antworten zur Dokumentation**
- 3** **Prüfliste betrieblicher Eigenkontrollmaßnahmen**
K. Menzel
- 4** **Verfahrensanweisung Mikrobiologische Hygienestatuskontrollen**
K. Menzel
- 5** **Personalhygiene**
K. Menzel
- 6** **Verfahrensanweisung abteilungsfremde Personen**
K. Menzel

- 7 Verfahrensanweisung Umgang mit Allergenen**
K. Menzel
- 8 Zubereitung und Produktion**
K. Menzel
- 9 Verfahrensanweisung Umgang mit großer Hitze**
K. Menzel
- 10 Beschaffung und Anlieferung**
- 11 Verfahrensanweisung Tiefkühl-/Kühltemperaturen**
K. Menzel
- 12 Verfahrensanweisung Prüfmittelüberwachung**
K. Menzel

- III Betriebshygienische Maßnahmen**
- 1 Wareneingangskontrolle**
W. Kulow
- 2 Betriebshygienische Grundlagen**
K. Meyer
- 3 Temperaturmanagement**
B. Meyer
- 4 Management der Lebensmittelsicherheit**
Grundlagen, Basishygiene, HACCP-Konzept und Überwachung
W. Heeschen
- 5 Ereignis- und Krisenmanagement in der GV**
Th. Reiche
- 6 Lieferantenmanagement**
F. Döblitz, S. Krieger-Güss
- 7 Herausforderung „Schulverpflegung“ – von der Schülerakzeptanz bis zur Hygiene unter besonderer Berücksichtigung von Anforderungen an Gesundheitsförderung und Nachhaltigkeit**
U. Arens-Azevedo/L. von Kroge

IV Anhänge

**1 Reinigung und Desinfektion – Kommentar der DIN 10516 und
DIN 10546**

Kleiner/Reiche/Sohmena

**2 Kommentar zur Verordnung (EG) Nr. 852/2004 über Lebensmittel-
hygiene**

W. Kulow

V Schulungen

1 Personalhygiene in Lebensmittelbetrieben

S. Kaiser-Buch

2 Lebensmittelallergien und Unverträglichkeiten

T. Schmid/Dr. M. Wiese

3 Umgang mit leicht verderblichen Lebensmitteln

T. Schmid