

# Grüne Küche

## Kriterien

---

Gemeinschaftsverpflegung  
4 bis 7 Verpflegungstage



Styria vitalis, Marburger Kai 51, 8010 Graz, ZVR: 741107063



Gefördert durch:

## Grüne Küche-Kriterien

### Warme Hauptmahlzeit (meistens das Mittagessen)

1	Eine <b>vegetarische Suppe</b> (z.B. Gemüsecreme-, Getreideschrot- oder klare Gemüsesuppe)
2	Ein <b>vollwertig-vegetarisches Hauptgericht *</b>
3	Einmal pro Woche kann das Hauptgericht als <b>Süßspeise</b> angeboten werden <ul style="list-style-type: none"> <li>• mind. 30 % Vollkornanteil</li> <li>• süße Hauptspeisen werden mit Obst kombiniert</li> <li>• reduzierter Zucker- und Fettanteil im Vergleich zu Standardrezepten</li> </ul>
4	Einmal pro Woche enthält das Grüne Küche-Gericht/Menü <b>Hülsenfrüchte</b> in einer der angebotenen Hauptmahlzeiten
5	Verwendung von <b>Nüssen, Samen, Saaten, Kernen</b> (Walnüssen, Leinsamen, Kürbiskernen, etc.) und/oder frischen <b>Kräutern, Sprossen</b> (ggf. Tiefkühlkräutern) bei mindestens einer Hauptmahlzeit am Tag**
6	Wenn <b>Nachspeisen</b> angeboten werden, sind diese auf Basis von Obst/Gemüse und/oder Milch/Milchprodukten und/oder mit mind. 30 % Vollkornanteil
7	Das <b>Grüne Küche Logo</b> ist am Speiseplan ersichtlich
8	Das <b>Salatangebot</b> ist am Speiseplan ersichtlich
9	<b>Allgemeine Bezeichnungen</b> wie Tagessuppe, Mischgemüse, Sommersalat oder Dessert werden im Speiseplan nicht verwendet

\*) Wenn ein Grüne Küche-Menü angeboten wird, kann die Vollkornkomponente fallweise auch in der Suppe und/oder im Salat enthalten sein.

\*\*\*) Die Kriterien müssen einmal am Tag erfüllt sein.

### Abendessen

Ist das Abendessen die einzige warme Hauptmahlzeit des Tages, dann gelten die oben angeführten Kriterien 1-9

1	Ein <b>vollwertig-vegetarisches Hauptgericht</b>
2	Eine Sorte <b>Vollkornbrot</b> (Roggenvollkorn, Dinkelvollkorn etc.) oder <b>Vollkorngebäck</b> wenn Brot/Gebäck angeboten
3	Einmal pro Woche kann das Hauptgericht als <b>Süßspeise</b> angeboten werden <ul style="list-style-type: none"> <li>• mind. 30 % Vollkornanteil</li> <li>• süße Hauptspeisen werden mit Obst kombiniert</li> <li>• reduzierter Zucker- und Fettanteil im Vergleich zu Standardrezepten</li> </ul>
4	<b>Allgemeine Bezeichnungen</b> wie Tagessuppe, Mischgemüse, Sommersalat oder Dessert werden im Speiseplan nicht verwendet

## Check vor Ort

<b>Getränke</b>	
1	Leitungswasser wird kostenlos zum Essen zur Verfügung gestellt
2	Sofern andere Getränke zum Essen angeboten werden, muss zumindest eine Sorte naturbelassener Obst- oder Gemüsesaft angeboten werden
	Bonus: Angebot an selbst aromatisiertem Leitungswasser mit z. B. frischen Kräutern, Obst, Ingwer, Blüten
<b>Frühstück</b>	
3	Eine Müslimischung oder Vollkornflocken ohne Zusatz von Zucker
4	Eine Sorte Vollkornbrot oder Vollkorngebäck
	Bonus: Selbstgebackenes Vollkornbrot/ -gebäck einmal wöchentlich
5	Eine Sorte saisonales Obst (ggf. Trockenfrüchte)
6	Eine Sorte saisonales Gemüse
7	Frische Konsummilch (pasteurisiert und einmalig Kurzzeiterhitzt) oder Pflanzliche-Alternative
8	Naturjoghurt oder Pflanzliche-Alternative
9	Zwei Sorten Schnittkäse
10	Einen vegetarischen Aufstrich oder Frischkäse
<b>Salate</b>	
11	Mindestens drei frische <b>Salate</b> ** (ggf. portioniert), davon einer als Rohkost
12	Hausgemachte <b>Salatmarinade</b> ** ohne Mayonnaise unter Verwendung von <ul style="list-style-type: none"> <li>• kaltgepressten Ölen (Oliven-, Raps-, Nuss-, Leinöl etc.) oder heimischen Ölen (Kürbiskernöl etc.)</li> <li>• hochwertigem Obst- oder Weinessig</li> <li>• Joghurt</li> </ul>
<b>Rahmenbedingungen</b>	
13	Frische, hausgemachte Zubereitung der Speisen
14	Sparsame Verwendung von Fetten und Ölen
15	Sparsamer Einsatz von Salz
16	Bei Grüne Küche-Gerichten wird gänzlich auf Convenience-Produkte ab Verarbeitungsstufe 3 verzichtet (z.B. Erdäpfelpüreepulver, vorgekochte Teigwaren)
17	Bei Grüne Küche-Gerichten wird gänzlich auf frittierte Speisen verzichtet
18	Mindestens zwei Produkte aus der Palette Gemüse, Obst, Salat, Erdäpfel werden von einem regionalen Produzenten im Umkreis von maximal 150 km bezogen
19	Mindestens ein Produkt aus der weißen oder gelben Palette wird von einem regionalen Produzenten im Umkreis von maximal 150 km bezogen
20	Eier stammen zumindest aus Freilandhaltung (Kennziffer 0 oder 1)
21	Mindestens eine Getreidesorte oder ein Getreideprodukt wird von einem regionalen Produzenten im Umkreis von maximal 150 km bezogen
22	Bio- und Fairtrade-Produkte werden bevorzugt

	Bonus: Mindestens eine Sorte Fleisch oder ein Fleischerzeugnis wird von einem regionalen Produzenten im Umkreis von maximal 150 km bezogen, bevorzugt in Bioqualität
	Bonus heimischer Fisch: Wenn Fisch angeboten, mindestens 2 Mal in 4 Verpflegungswochen heimischer/regionaler Fisch, z. B. Karpfen, Amur, Forelle, Saibling, Zander etc.

### Schulung und Fortbildung der MitarbeiterInnen

Das Personal in Küche und Service ist in der Lage, die Gästen kompetent über das Grüne Küche-Angebot zu informieren
Der Betrieb verpflichtet sich, Angebote zur Fortbildung im Bereich Vollwertkost, vegetarische Küche etc. zu nutzen (zumindest eine Schulung für ein/e MitarbeiterIn pro Jahr)

### Kontrollbericht der Lebensmittelbehörde

Aktueller Kontrollbericht der Lebensmittelbehörde vorhanden:
--