



## Kurzbericht «Fourchette verte» Junior für Tagesstätten und Tagesschulen ohne Abendessen

Das Zertifikat wird verlängert, wenn alle Teilbereiche erfüllt sind.

Tagesschule Gotthelf Strasse, Nr: Sustenstrasse 2 PLZ / Ort: 3604 Thun		Datum: 23.06.2023 Tel: 033 225 86 38 Betriebs-E-Mail: <a href="mailto:ts.gotthelf@thun.ch">ts.gotthelf@thun.ch</a>	
Verantwortliche Personen: Leitung: Matthias Kormann  Stellvertretung: Anna Fahrni  Küche: Meals for Kids		Tel.: 033 225 86 39 Mail: <a href="mailto:tsleitung.gotthelf@thun.ch">tsleitung.gotthelf@thun.ch</a>	
Anzahl Plätze (Kinder/Jugendliche) pro Tag Anzahl Mitarbeitende pro Tag (Anmerkung Durchschnitt)		35 7	
Sichtbarkeit von Fourchette verte: Das Zertifikat ist sichtbar aufgehängt?		<input checked="" type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> nein	
<b>Beurteilung der Menüpläne</b>		<b>Wochen: 10-13</b>	
	FV- Vorgaben		Kommentare und allenfalls Verbesserungsvorschläge
	ok	nicht ok	
<b>Gemüse und Früchte</b> Mind. 3 Portionen pro Tag, davon mind. 1 Portion als Rohkost, wenn möglich zum Mittagessen Abwechslung / Saison  Blattsalat zählt ½ Portion  Falls zum Frühstück kein Obst angeboten wird, dann auf jeden Fall zum Mittagessen 2 Portionen anbieten <b>Für Caterer:</b> Ziel beim Mittagessen 2 Portionen anbieten.	<b>x</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Beim Zvieri immer 1-2 Portionen als Rohkost Gemüse und/oder Früchte dabei</li> <li>- Am Mittag zumeist 1x gekochtes Gemüse und 1x Rohkost in Form von Salat und/oder Früchten</li> <li>- Immer min. 3 Portionen pro Tag angeboten</li> </ul>
<b>Eiweiss/Protein</b> (Fleisch, Fisch, Eier, Tofu, Hülsenfrüchte od. Käse/Milchprodukte)	<b>x</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verschiedene Eiweissquellen wie Rind, Poulet, Kalb, Hülsenfrüchte inkl. Sojabolognese, Käse und andere Milchprodukt, Plantet Based, Tofu</li> </ul>

### Fourchette verte Bern

Fachstelle PEP c/o Daniel Messerli, Seilerstrasse 8, 3011 Bern, E-Mail: [be@fourchetteverte.ch](mailto:be@fourchetteverte.ch)  
[www.fourchetteverte.ch](http://www.fourchetteverte.ch) – wird unterstützt von Gesundheitsförderung Schweiz und den Kantonen



Beim Mittagessen 1 Portion, unterschiedliche Quellen Fisch 1 – 4 x / 4 Wochen Mind. 2x / Woche fleischlos			<ul style="list-style-type: none"> <li>- In Woche 11: 2 x Poulet Gericht als Fleisch- Menu</li> <li>- 2 x Fisch in 1 Monat</li> <li>- Min. 3 fleischlose Tage pro Woche mit genügend Eiweissabdeckung</li> <li>- Wobei die vegetarischen Menus sich etwas oft wiederholen (Pro Monat: 3 x vegane Nuggets, 3 x Sojabolognese, 3x Bio Tofuwürfel)</li> </ul>
<b>Kohlenhydrate/stärkereiche Lebensmittel</b> (z.B. Kartoffeln, Teigwaren, Reis, Mais, Getreide) Mid. 2 Portionen/Tag mind. 1 x / Woche zum Mittagessen Vollkornprodukte einbauen. Mind. 4 verschiedene Stärkebeilagen pro 5 aufeinanderfolgende Mittagessen	<b>X</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- An 4 von 5 Tagen andere Stärkebeilage</li> <li>- In 3 von 4 Wochen 1x Vollkornvarianten angeboten</li> </ul>
<b>Milchprodukte</b> (Milch, Joghurt, Quark, Käse, Frischkäse) 1 – 2 Portionen /Tag mit Znüni, Mittagessen und Zvieri 2 – 3 Portionen/Tag mit Frühstück, evtl. Znüni, Mittagessen und Zvieri	<b>X</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1-2 x Milchprodukte pro Tag</li> </ul>
<b>Zuckerreiche Speisen</b> 0 – 1 x / Tag wenn kein Frühstück 0 – 2 x / Tag wenn zusätzlich Frühstück angeboten wird	<b>X</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 0-1 x pro Tag dabei</li> </ul>
<b>Fettreiche Speisen / Zubereitungsarten</b> maximal 3 x pro Woche	<b>X</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Am Mittag 0-2 x pro Woche beim Mittagessen</li> </ul>
<b>Fettqualität</b> Brotaufstrich: Butter/Margarine Salatsauce: Rapsöl/Olivenöl extra vergine Dünsten: raff. Rapsöl/Olivenöl Braten: HOLL-Rapsöl / HO-Sonnenblumenöl	<b>X</b>		Salatsaucen durch Caterer <ul style="list-style-type: none"> <li>- Italien Dressing mit Rapsöl (Beyeler)</li> <li>- French Dressing mit Rapsöl (Beyeler)</li> <li>- Balsamico Dressing mit Rapsöl</li> <li>- Warme Küche: HOLL Rapsöl</li> </ul>
<b>Getränke</b> (Leitungswasser, Mineralwasser oder ungesüsster Tee)	<b>X</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wasser und Tee ohne Zucker</li> </ul>
<b>Folgende Mahlzeiten werden serviert</b>		Mittagessen, Zvieri	
<b>Hygienekonzept vorhanden</b>		<input checked="" type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein	
<b>Fleisch- und Fischdeklaration</b>		<input checked="" type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein	
<b>Allergendeklaration</b>		<input checked="" type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein	
<b>Abfalltrennung</b>		<input checked="" type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein	
<b>Beurteilung Testessen</b>		<b>Datum Testessen: 23.06.2023</b>	
Genauere Beschreibung des Menüs		Plätzli mit Spinatfüllung und Käse Sauce Parmesan Rote Linsen-Pasta	



	Gemüsewürfeli Gurkenscheiben Dessert: Erdbeerjoghurt
Fleisch, Fisch od. Fleischersatz 50 – 100g	<input checked="" type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein, zu wenig <input type="checkbox"/> nein, zu viel
Gemüse, Rohkost 70 – 100g Obst 100 – 120 g	<input checked="" type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein, zu wenig
Fett in begrenzten Mengen	<input checked="" type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein, zu viel
Gibt es genügend stärkereiche LM	<input checked="" type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein
Getränk erster Wahl ist Wasser	<input checked="" type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein
Stehen Salzstreuer oder andere Würzmittel auf den Tischen?	<input type="checkbox"/> ja <input checked="" type="checkbox"/> nein
Persönliche Bewertung des Menüs	Optisch ansprechendes Menu mit schöner Gemüseauswahl. Gekochte Gemüsewürfeli etwas knackig, aber im Rahmen.
Foto:	
Allgemeine Bemerkungen	
<b>Kriterien Menüplan erfüllt</b>	<input checked="" type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein
<b>Lebensmittelkontrolle erfüllt</b>	<input checked="" type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein

### Beziehungsqualität am Tisch: genussvoll und zufrieden

1. Kein Drängen und Zwang zum Essen. (z.B. Wenn zum Probieren ermuntert wird, dann auch mit der Möglichkeit, eine Speise auf dem Teller zu lassen oder sie – wenn das Kind sie nicht schlucken will – in eine Serviette ausspucken zu können).

Trifft nicht zu 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7-----8-----9-----x10 Trifft zu

2. Kinder werden unterstützt auf ihr Hunger- und Sättigungsgefühl zu vertrauen. Müssen nicht etwas essen, weil sie es sich geschöpft haben. Essen wird nicht als Mittel zur Belohnung eingesetzt. (z.B. Nur wer den Teller leer ist, bekommt ein Dessert = Belohnung für's Aufessen, wäre nicht gut).

### Fourchette verte Bern

Fachstelle PEP c/o Daniel Messerli, Seilerstrasse 8, 3011 Bern, E-Mail: [be@fourchetteverte.ch](mailto:be@fourchetteverte.ch)  
[www.fourchetteverte.ch](http://www.fourchetteverte.ch) – wird unterstützt von Gesundheitsförderung Schweiz und den Kantonen



<p>Trifft nicht zu 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7-----8-----9-----x10 Trifft zu</p>
<p>3. Gespräch am Tisch mit echtem Interesse – keine Belehrungen, sondern freundliche Unterstützung, wenn ein Kind etwas nicht alleine schafft oder von einer Regel abweicht.</p> <p>Trifft nicht zu 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7x-----8-----9-----10 Trifft zu</p>
<p>4. Einfache Rituale und Abläufe, falls überhaupt nötig. (<i>Rituale sollten einer guten Atmosphäre dienen, nicht einengen</i>).</p> <p>Trifft nicht zu 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7-----8-----9---x---10 Trifft zu</p>
<p>5. Falls in der Institution selber gekocht wird, wertschätzende Haltung der Köchin und dem Koch gegenüber, diese als zentrale Person würdigen.</p> <p>Trifft nicht zu 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7-----8-----9-----10 Trifft zu</p>
<p>6. Auf Bedürfnisse und Meinungen der Kinder bezogen aufs Essen, Sitzordnung, Raumgestaltung beim Essen wird geachtet (Partizipation).</p> <p>Trifft nicht zu 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7-----8-----9-----x10 Trifft zu</p>
<p>7. Atmosphäre allgemein: Ausgewogenen Mischung aus: Ansprechend angerichtet, Sinneserleben und Genuss; Sorgfalt und Warmherzigkeit am Tisch, Interesse und Rücksicht, ausreichend Zeit, Momente der Begegnung, Vielfalt von Gefühlen sind okay, Gelassenheit und Humor im Umgang mit Spannungen am Tisch.</p> <p>Trifft nicht zu 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7-----8-----9x-----10 Trifft zu</p>
<p><b>Kriterien Beziehungsqualität am Tisch sind erfüllt:</b></p> <p>Trifft nicht zu 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7-----8-----9x-----10 Trifft zu</p> <p><input type="checkbox"/> Wir empfehlen eine Weiterbildung zu diesem Thema</p>

Neuzertifizierung / Rezertifizierung erreicht	<input checked="" type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
---	--	-------------------------------

<p><b>Zielformulierung für Rezertifizierung im</b></p> <p>Für Tagesstätte:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Super Angebot, weiter so!</li> </ul> <p>Für Caterer:</p>
--



- Mehr Abwechslung bei den vegetarischen Menus (keine Wiederholungen innerhalb derselben Woche). Maximal 2 gleiche vegetarische Gerichte pro Monat anbieten.
- Bei der Mahlzeitenzusammenstellung darauf achten, dass neue/unbekanntere Komponente mit beliebten Komponenten zusammengestellt werden
- Max. 1 x pro Woche Pouletvariante als Fleischgericht

Beurteilung durch: Gabriela Lehmann

Datum: 23.06.2023

Unterschrift :



**Zusätzliche Infos (hier als Beispiel)**

**Frühstück, Zvieri und Getränke: siehe Datenblatt**

**Süsses**

**Zubereitung**

**Fettqualität**

**Einrichtung**

**Fourchette verte Bern**

Fachstelle PEP c/o Daniel Messerli, Seilerstrasse 8, 3011 Bern, E-Mail: [be@fourchetteverte.ch](mailto:be@fourchetteverte.ch)  
[www.fourchetteverte.ch](http://www.fourchetteverte.ch) – wird unterstützt von Gesundheitsförderung Schweiz und den Kantonen