

Leittext

Berücksichtigung religiöser Zielgruppen in der Gemeinschaftsverpflegung

für Auszubildende im Ausbildungsberuf Hauswirtschafter/Hauswirtschafterin

Auszubildende/r		Ausbildungsbetrieb	
Name	Vorname	Name	Vorname
Ortsteil	Straße	Ortsteil	Straße
PLZ	Wohnort	PLZ	Standort

Impressum

Stand: April 2016

Bestell-Nr. 4804

Herausgegeben vom
aid infodienst
Ernährung, Landwirtschaft, Verbraucherschutz e. V.
Heilsbachstr. 16
53123 Bonn
www.aid.de
aid@aid.de

in Zusammenarbeit mit dem Arbeitskreis der zuständigen Stellen
für die Berufsbildung im Verband der Landwirtschaftskammern e. V.

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Autoren:

David Jann, Frank Lutter, Lisa McGovern, Anita Slawien, alles Schüler/-innen der Klasse SGB 21 –
Staatlich geprüfte hauswirtschaftliche Betriebsleiter/-innen an der Fachschule für Agrarwirtschaft des
Landes M-V „Johann Heinrich von Thünen“ in Güstrow

Redaktion:

Dr. Gesine Sofke
Fachschule für Agrarwirtschaft des Landes M-V „Johann Heinrich von Thünen“
Bockhorst 1
18273 Güstrow
E-Mail: g.sofke@fs.mv-regierung.de

Ansprechperson im aid:

Hildegard Gräf
Telefon: 0228 8499-141
Fax: 0228 8499-177
E-Mail: h.graef@aid-mail.de

**Damit eine laufende Aktualisierung des Leittextes vorgenommen werden kann, wird darum
gebeten, Anregungen und Verbesserungsvorschläge aus der Ausbildungspraxis an die
Redaktion weiterzugeben.**

Worum geht's?

Deutschland ist offen für die Integration von Zuwanderern und ein Zuhause für immer mehr Menschen aus fremden Kulturkreisen. Besonders in Zeiten eines hohen Flüchtlingsaufkommens müssen wir uns der Herausforderung der vollständigen Integration dieser Personengruppen stellen.

Hierzu gehört unter anderem auch, eine Versorgung der Menschen mit verschiedenen religiösen Hintergründen in der Gemeinschaftsverpflegung zu realisieren. Die Gemeinschaftsverpflegung muss so gestaltet werden, dass die in Deutschland lebenden (gläubigen) Menschen, die den verschiedensten Religionen angehören, eine ausgewogene Ernährung wahrnehmen können. Ihnen muss ermöglicht werden, ihre religionsspezifische Ernährung im Alltag umsetzen zu können. Im Moment sind es Kinder, Jugendliche und deren Eltern, die zu berücksichtigen sind. In einigen Jahren werden aus diesen Erwachsenen Senioren, sodass auch die Nahrungszubereitung in Pflegeeinrichtungen betroffen sein wird.

Besonders häufig vertreten sind in Deutschland Menschen aus der Türkei, dem asiatischen Raum, Indien, aus neuen EU-Mitgliedsstaaten sowie aus wechselnden Krisengebieten.

Ziel des Leittextes ist es, aktiv dazu beizutragen, dass sich die adäquate Versorgung dieser Personengruppen in einer multikulturellen Gesellschaft realisieren lässt.

Was kann ich hier lernen bzw. verfestigen?

- multikulturelle Gerichte
- Wirkungsweise der Nährstoffe im Körper
- Berechnung der Eisen- & Eiweißgehalte von Mahlzeiten
- Entwicklung eines Speiseplans
- Entwicklung eines Evaluierungsbogens
- Herstellen eines geplanten Menüs
- Kontrolle und Bewertung der fertigen Arbeit

Welche Voraussetzungen benötige ich, um den Leittext bearbeiten zu können?

Der Leittext wird empfohlen für Auszubildende vor der Abschlussprüfung und für weiterführende Qualifikationen.

Wann bearbeite ich dieses Thema?

Die Bearbeitung ist während des ganzen Jahres möglich.

Wie lange werde ich etwa für die Bearbeitung brauchen?

Für die Bearbeitung benötigen Sie etwa 20 – 25 Stunden.

Was könnte mir bei der Durchführung helfen?

- Anweisung des Ausbilders/der Ausbilderin
- Hilfsmittel aus dem Betrieb
- **Literatur:**
 - Dörr, M.: „Ernährung und Stoffwechsel“, Bildungsverlag Eins GmbH, Troisdorf 2009
 - Giesenkamp, J. E., Leicht-Eckardt, E., Nachtwey, T.: „Inklusion durch Schulverpflegung. Wie die Berücksichtigung religiöser und ernährungsspezifischer Aspekte zur sozialen Inklusion im schulischen Alltag beitragen kann“, 2. Auflage, 136 Seiten, eingelegte Tabellen mit dem Überblick über religionsadäquate Speisenpläne und die Religionsgrundsätze, ISBN 978-3-643-12051-9, LIT-Verlag, Berlin 2013
 - de Groot, Hilka & Jutta Farhadi: „In Sachen Ernährung“, Verlag EUROPA-LEHRMITTEL, Haan-Gruiten 2007
 - Holl-Stüber, E.: „Hauswirtschaft nach Lernfelder; Ernährung und Verpflegung“, Verlag Handwerk und Technik, Hamburg 2002
 - Schlieper, Cornelia A.: „Lernfeld Hauswirtschaft“, Verlag Handwerk und Technik, Hamburg 2003
 - Schlieper, Cornelia A.: „Ernährung heute“, Verlag Handwerk und Technik, Hamburg 2009
 - Steub, Traudi & Gudrun Straub: „Ernährungslehre in Praxissituationen“, Winkers Verlag im Westermann Schulbuchverlag GmbH, Darmstadt 2002
 - Fachmagazin für die Hauswirtschaft: „Fundus“, 3/2014
- **Internet-Adressen:**
 - www.aid.de
 - www.inklusiondurchschulverpflegung.de
 - www.essen-trinken.de
 - www.bevegt.de/eiweiss-protein-vegetarier-veganer/
 - www.symptomat.de/eiweissmangel
 - www.gesundheit.de/ernaehrung/naehrstoffe/mineralstoffe-und-spurenelemente/eisen
 - www.lebensmittel-tabelle.de
 - www.fragebogen.de/aufbau-der-fragen-bei-umfragen.de
 - www.bpb.de/nachschlagen/zahlen-und-fakten/sozialesituation-in-deutschland/145148/religionszugehoerigkeit
 - www.de.statista.com/statistik/daten/studie/37028/umfrage/mitglieder-in-religionsgemeinschaften-in-deutschland
 - www.dnee/index.php/dnee-themen/religion-ernaehrung
 - www.gesunde-lebensfuehrung.com/index.php?id-14
 - www.eufic.org/article/de/expid/basic-ernaehrung-kinder-jugendliche/
 - www.ernaehrung.de/tipps

Zum Thema passende aid-Medien

- aid-Nachschlagewerk auf CD-Rom, „Kennwort Lebensmittel – Basiswissen kompakt“, 1.000 Seiten, € 19,00, Bestell-Nr. 3729
- aid-Heft „ Die aid-Ernährungspyramide – Richtig essen lehren und lernen“, DIN A5, 36 Seiten, € 1,50, Bestell-Nr. 3899
- aid-Heft „Kartoffeln und Kartoffelerzeugnisse“, DIN A5, 52 Seiten, € 2,50, Bestell-Nr. 1003
- aid-Heft „Gemüse“, DIN A5, 96 Seiten, € 4,00, Bestell-Nr. 1024
- aid-Heft „ Fleisch und Fleischerzeugnisse“, DIN A5, 72 Seiten, € 4,00, Bestell-Nr. 1005
- aid-Heft „Fisch und Fischerzeugnisse“, DIN A5, 144 Seiten, € 5,00, Bestell-Nr. 1001
- aid-Heft „Geflügelfleisch“, DIN A5, 40 Seiten, € 3,00, Bestell-Nr. 1006

Bezugsadresse für aid-Medien:

aid infodienst e. V., Heilsbachstraße 16, 53123 Bonn, Telefon 0228 8499-180, Fax 0228 8499-200, bestellung@aid.de, www.aid-medienshop.de (Versandkostenpauschale: 3,00 Euro)

Was muss ich noch wissen, bevor ich anfangе?

In einem Leittext sind **Informationsbeschaffung, Planung, praktische Durchführung und Kontrolle** so miteinander verknüpft, dass Sie ihn weitgehend **selbstständig** bearbeiten können.

Sie sollten während der Bearbeitung in **regelmäßigem Austausch mit Ihrem Ausbilder/Ihrer Ausbilderin** stehen und sich auch von ihm/ihr beraten lassen. Dadurch vergessen Sie nichts, vermeiden Fehler und schließen fachliche Lücken.

Kein Leittext ist wie der andere – auch nicht, wenn Sie den gleichen wie ein anderer Auszubildender bearbeiten. Ein Leittext ist **betriebsbezogen**. Deshalb haben Sie auch die Möglichkeit, einzelne Fragen abzuwandeln, wegzulassen oder zu ergänzen. Ganz so, wie es in Ihrem Betrieb notwendig ist.

Abschließend sollten Sie das Ergebnis gemeinsam mit Ihrem Ausbilder/Ihrer Ausbilderin **besprechen**. Dafür sind die letzten Fragen in diesem Leittext vorgesehen.

Doch zuallererst:

Damit Sie wissen, welche Aufgaben auf Sie zukommen, lesen Sie den Leittext einmal ganz durch!

1. In welchen Gegenden bzw. Ländern treten diese Religionen auf?

Religion	Gegenden, Ländern
Buddhismus	
Christentum	
Hinduismus	
Islam	
Judentum	

2. Welche besonderen Regeln und Gebote benötigen diese Religionen?

Religion	Regeln und Gebote
Buddhismus	
Christentum	
Hinduismus	
Islam	
Judentum	

3. Welche Nährstoffmängel können auftreten? Ordnen Sie diese den Religionen zu!

Religion	Nährstoffmängel
Buddhismus	
Christentum	
Hinduismus	
Islam	
Judentum	

4. Zu welchen Folgen können die Nährstoffmängel aus ernährungsphysiologischer Sicht führen? Erstellen Sie hierfür eine Übersicht. Berücksichtigen Sie dabei vier Nährstoffmängel und erklären Sie diese!

1.

2.

3.

4.

5. Stellen Sie kurz dar, für welche Altersgruppe in Ihrem Betrieb gekocht wird.
Beziehen Sie sich in den nachfolgenden Aufgaben/Leitfragen auf die von Ihnen gewählte Zielgruppe.

6. Errechnen Sie den Eiweißbedarf in Gramm/Tag ausgehend vom durchschnittlichen Tagesenergiebedarf für Ihre Zielgruppe.

7. Wie viel Gramm Eiweiß sollten anteilig in der Mittagsmahlzeit enthalten sein?

8. Geben Sie fünf Empfehlungen, wie die Eiweißzufuhr bei einer religionsbedingten, vegetarischen Ernährung in der Mittagsmahlzeit abgesichert werden kann!

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

9. Ein weiterer wichtiger Nährstoff in der vegetarischen Küche ist Eisen.

9.1 Wie hoch ist der Eisenbedarf Ihrer Zielgruppe pro Tag?

9.2 Wie kann der Eisenbedarf bei Fleischverzicht gedeckt werden? Führen Sie drei Möglichkeiten an, die Sie für die Mittagsmahlzeit umsetzen können!

1. _____

2. _____

3. _____

10. Wählen Sie Lebensmittel für die Mittagsverpflegung aus und geben sie deren Verwendbarkeit für die einzelnen Religionen an!

Berücksichtigen Sie hierbei:

- 10.1 5 Sättigungsbeilagen
- 10.2 8 Eiweißkomponenten
- 10.3 8 Gemüsekomponenten
- 10.4 8 Komponenten für ein Dessert

Markieren Sie farbig oder ausgeschrieben, welche Lebensmittel für die einzelnen Religionen in Frage kommen.

- grün - Verwendung erlaubt
- gelb - darf eingeschränkt verwendet werden
- rot - Verwendung nicht erlaubt

Beispiel für die Verwendbarkeit:

Lebensmittel			Hinduismus		
Ei und Eierprodukte			grün		
Schwein			rot		
Ziege			gelb		

Lebensmittel	Buddhismus	Christentum	Hinduismus	Islam	Judentum
10.1 Sättigungsbeilage					
Kartoffeln					
10.2 Eiweißkomponente					
Schweinefleisch					

Lebensmittel	Buddhismus	Christentum	Hinduismus	Islam	Judentum
10.3 Gemüsekomponente					
10.4 Dessert (-komponente)					

11. Erstellen Sie jetzt unter Berücksichtigung der Besonderheiten der fünf Religionen (Aufgabe 2) und der Verwendbarkeit der einzelnen Lebensmittel (Aufgabe 10) einen Speiseplan für die Mittagsverpflegung über fünf Tage (Montag - Freitag) mit jeweils zwei Hauptgerichten.

Gehen Sie davon aus, dass Sie die Personen in Ihrem Betrieb versorgen wollen. Unterstellen Sie hierbei, dass alle genannten Religionen vertreten sein werden.

Es wird der Anspruch erhoben, dass auch die deutsche Küche vertreten sein soll und die Regeln der DGE beachtet werden müssen.

Eine Vorlage für den Speiseplan finden Sie in der Anlage 1

12. Besprechen Sie Ihren Speiseplan mit Ihrem Ausbilder/Ihrer Ausbilderin und decken Sie gemeinsam Schwachstellen und technische Hürden auf. Notieren Sie diese und begründen Sie die Problematik!

	Begründung der Problematik
Schwachstelle	
Technische Hürden	

13. Wählen Sie einen Tag aus ihrem Speiseplan aus und berechnen Sie für jedes Gericht den Eiweißgehalt und den Eisengehalt.
Nutzen Sie hierfür die vorgegebenen Tabellen.

Vergleichen Sie anschließend die entsprechenden Gehalte mit den unter Aufgabe 7 und Aufgabe 9.1 berechneten Sollwerten.
Unterbreiten Sie Vorschläge zur Anpassung Ihrer Mahlzeit an die Bedarfe.

Ausgewählte Mahlzeiten aus dem Speiseplan (Aufgabe 11).

Zutaten	Mengen	Eiweißgehalt in g	Eisengehalt in mg
Gericht 1			
		Summe:	Summe:

Gericht 2			
		Summe:	Summe:

Vorschläge:

14. Um die Akzeptanz Ihres Speiseplanes zu überprüfen, entwickeln Sie einen **Evaluierungsbogen**, der von den Essensteilnehmern ausgefüllt werden kann. Berücksichtigen Sie hierbei mindestens die Kriterien Geschmack & Sättigung sowie zwei weitere von Ihnen gewählte Aspekte.

Heften Sie den Evaluierungsbogen zum Leittext.

15. Besprechen Sie Ihren Evaluierungsbogen mit Ihrem Ausbilder/Ihrer Ausbilderin. Welche Änderungen nehmen Sie vor?

16. Bereiten Sie nun gemeinsam mit Ihren Kollegen/-innen die beiden Menüs zu!

17. Bitten Sie die Essensteilnehmer den Evaluierungsbogen auszufüllen.
Fassen Sie die Ergebnisse zusammen und heften Sie diese zum Leittext!

18. Kontrollieren und beurteilen Sie Ihre Arbeit anhand der Evaluierung. Halten Sie Ihre Beurteilung schriftlich fest!

19. Erörtern Sie Ihre Bewertung mit Ihrem Ausbilder/Ihrer Ausbilderin und ziehen Sie wesentliche Schlussfolgerungen für das Projekt der multikulturellen Nahrungszubereitung.

20. Stellen Sie die Erfahrungen, die Sie bei der Bearbeitung dieses Leittextes gewonnen haben, anderen Auszubildenden vor (z. B. im Rahmen des Berufsschulunterrichts)!

Ich bestätige, dass ich diesen Leittext selbstständig bearbeitet und mich regelmäßig mit meiner Ausbilderin/meinem Ausbilder ausgetauscht habe.

Datum
Ausbilders/der Ausbilderin

Unterschrift des/r Auszubildenden

Unterschrift des

Anlage 1: Speiseplan

Menü	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
1					
2					