

”GUTE MENSA”

Speiseplangestaltung - Von Kunden für Kunden

- Versucht Eure Menüauswahl abwechslungsreich und bunt zu gestalten
(eine große Unterstützung bietet da unsere umfangreiche Komponentenwahl im WEB SHOP)
- Es muss nicht immer Fleisch sein, legt mal einen vegetarischen Tag ein!
(als Richtwert reicht 1-2 x die Woche Fleisch, ergänzt durch 1 x Fisch und Vegetarisches)
- Ergänzt Aufläufe, Suppen & Eintöpfe durch unsere tägl. wechselnde „Salatbar“
(so genießen die Kinder jeden Tag eine gesunde, knackige Ergänzung)
- Je mehr Gemüsesorten Ihr bestellt, desto mehr können Kinder probieren
(ihr könnt die Komponenten täglich kombinieren & mischen, so entsteht eine bunte Auswahl)
- Lasst die Kinder bei der Essensauswahl (teilweise) mitentscheiden
(oft entscheiden Kinder völlig anders, als wir Erwachsenen uns das vorgestellt hätten)
- Nachtisch ist sehr wichtig... und muss nicht ungesund sein!
(unser "hausgemachtes" Dessert hat viel Milch und wenig Zucker, oder Naturjoghurt mit Obst)
- Wählt auch mal bewusst „Highlight-Menüs“ - dies gehört ab zu auf den Plan
(Essen soll Spaß machen, dazu gehört auch mal ein „Kinder-Highlight“)
- Bestellt die 100% BIO-Menülinie – ohne Preisaufschlag und absolut im Trend!
(Bio ist Natur pur - ohne Pestizide, mit höherem Anteil an Vitaminen & Mineralstoffen)
- Es muss nicht immer der „Teller-Kunterbunt“ sein. „Einfaches“ ist auch gut!
(Kinder mögen gerne mal ganz einfache Gerichte wie z.B. eine Suppe oder Nudeln mit Tomatensoße)

”GUTE MENSA”

Tipps aus der Praxis – von Kunden für Kunden

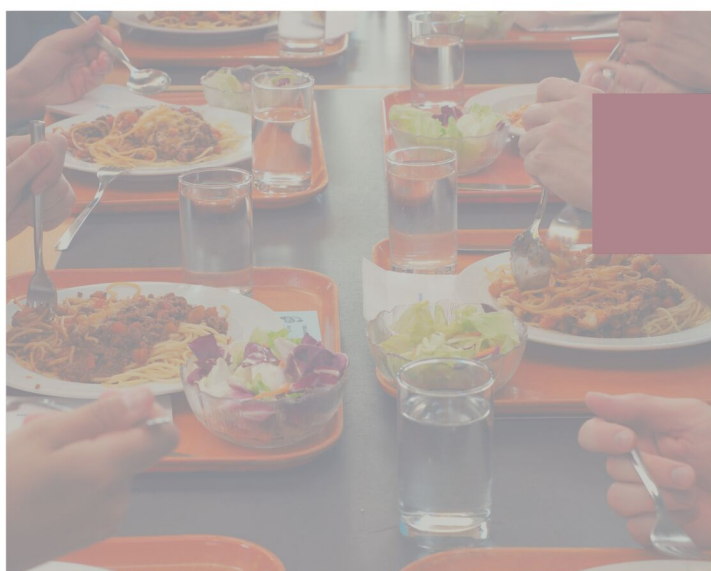


SPEISEPLANGESTALTUNG

Täglich viel Auswahl haben und immer abwechslungsreiche Menüs auswählen zu können, bietet viele Möglichkeiten. Aber wie kann man sich einen Wochenplan zusammenstellen, der den Anforderungen einer ausgeglichenen Ernährung gerecht wird? Unsere Kunden wissen wie!

AUFBEREITUNG

Alle notwendigen Aufbereitungshinweise findet man auf dem Etikett der Mehr-, sowie Einzelportionsschalen. Dennoch haben sich einige Kunden mit der Zeit ein paar Tipps und Tricks angeeignet, welche die Aufbereitung unserer Menüs noch einfacher machen.



AUSGABE

Auch bei der Ausgabe der Essen kann sehr individuell vorgegangen werden. Wer sich unsicher ist, kann folgend nachlesen, wie es andere Kunden machen und sich vielleicht etwas abschauen.