



## Unsere Ernährungsgrundsätze

- Unser Anliegen sind schmackhafte und gesunde Mahlzeiten, die auf die Bedürfnisse der Bewohner und Bewohnerinnen abgestimmt sind.
- Mit unseren auf die Saison abgestimmten Menüplänen setzen wir einen Schwerpunkt auf vollwertige, ausgewogene und abwechslungsreiche gesunde Ernährung.
- Beim Einkauf achten wir wenn möglich auf frische, saisonale Produkte.
- In der Vorbereitung von Gemüse, Salaten, Kartoffeln und Früchten achten wir auf einen möglichst kurzen Wasserkontakt in unzerkleinerter Form, um Auslaageverluste möglichst zu vermeiden.
- Bei der Zubereitung von Gemüse setzen wir produkteschonende Kochmethoden wie blanchieren, dämpfen, dünsten und glasieren ein.
- Frittierte Speisen stehen nur selten auf unserem Speiseangebot.
- Wir achten generell auf einen sparsamen Einsatz von Fettstoffen, Kochsalz und Zucker.
- Vor allem bei der Zubereitung von Gemüse wenden wir das Cook and chill (kochen und schnellkühlen) Verfahren an. Dadurch entfällt ein sich negativ auswirkendes längeres Warmhalten der Speisen vor dem Servieren.
- Das Auge isst mit... Wir nutzen das reiche Nahrungsmittelangebot, um schön angerichtete Gerichte zur Anregung der Sinne zu kreieren, was in der Regel eine bessere Deckung der Nährstoffbedürfnisse unterstützt.
- Wir bieten den Bewohnerinnen nach Ärztlicher Verordnung folgendes Spektrum der Diätküche: Qualitative Diabetes-Diät, Reduktionskost, Aufbaukost, Schonkost, Nieren-Diät, glutenfreie Kost, laktosefreie Kost, pürierte / zerkleinerte Nahrung, Berücksichtigung religiöser Einschränkungen (z.B. ohne Schweinefleisch) und individuell abgestimmte Essensmengen.