

WAS HABEN LEBENSMITTELABFÄLLE MIT DEM KLIMA ZU TUN ?

Für die Produktion von Lebensmitteln werden wertvolle Ressourcen wie Wasser, Energie und Landfläche benötigt. Ihre Herstellung verursacht außerdem klimaschädliche Treibhausgase. Wenn Lebensmittelabfälle entstehen, dann sind diese Ressourcen umsonst verschwendet. Ein weiterer Aspekt: In vielen Ländern der Welt ist die Versorgung mit Nahrungsmitteln schwierig, auch weil Ackerflächen für den Export von Lebensmitteln belegt werden. Die Vermeidung von Lebensmittelabfällen ist also Klimaschutz und kann zu mehr Nahrungsmittelgerechtigkeit beitragen – und spart darüber hinaus der Kita-Küche bares Geld.

Abfälle entstehen in der Küche und am Tisch

In der Kita-Küche können Abfälle beim Lagern der Lebensmittel, bei der Zubereitung und bei der Ausgabe der Speisen entstehen. Dabei sind bestimmte Abfälle unvermeidbar, ein Großteil lässt sich aber meistens reduzieren.

WIE KÖNNEN LEBENSMITTELABFÄLLE VERMIEDEN WERDEN?

Eine Abfallmessung hilft dabei, Ursachen aufzudecken und Maßnahmen abzuleiten.

Verschaffen Sie sich am besten zuerst einen Überblick, an welcher Stelle im Arbeitsprozess Ihrer Küche wie viele Lebensmittelreste anfallen. Messen Sie daher über einen bestimmten Zeitraum (mind. 10 Tage) die Abfälle im gesamten Zubereitungs- und Ausgabeprozess. So finden Sie am besten heraus, wo die Ursachen liegen und welche Maßnahmen Sie ergreifen können, um die Abfallmengen zu reduzieren.



KÜCHENMONITOR

Bei der Vorbereitung, Durchführung und Auswertung der Abfallmessung unterstützt Sie unser Online-Tool: der Küchenmonitor.

Hier können Sie sich kostenfrei registrieren!



TIPPS FÜR EINKAUF, WARENEINGANG UND LAGERUNG

- ✓ Erstellen Sie eine an Ihren tatsächlichen Bedarf angepasste Einkaufsliste. Welche Lebensmittel Sie dabei kurzfristig und zeitnah zur Zubereitung oder auf Lager kaufen, hängt von Ihren Lagerkapazitäten ab.
- ✓ Nehmen Sie bei der Lieferung der Lebensmittel eine Wareneingangsprüfung vor und dokumentieren Sie diese. Prüfen Sie, ob alle Lebensmittel einwandfrei sind, lehnen Sie ansonsten den Wareneingang ab. In solchen Fällen ist es hilfreich, das Gespräch mit dem Lieferanten zu suchen, damit keine Lebensmittelabfälle entstehen. Hilfreiche Checklisten zur Wareneingangsprüfung finden Sie [hier](#). Hintergrundinformationen finden Sie auch im [Wegweiser Hygiene](#).
- ✓ Beachten Sie bei der Entnahme von Lebensmitteln aus dem Lager immer das Prinzip First in – First out, d. h., Lebensmittel, die Sie zuerst eingelagert haben, sollten Sie auch zuerst verbrauchen. Der Einsatz lange haltbarer Lebensmittel wie z. B. Nudeln oder Getreide ist meist problemlos, wenn Sie vorab eine Sicht- und Geruchskontrolle vornehmen. Zusätzliche Hygienevorschriften des Trägers können zu mehr Lebensmittelabfällen führen, wenn z. B. die Verwertung von Produkten, die das MHD erreicht haben, untersagt wird. Solche Vorgaben können hinterfragt, mit den Beteiligten besprochen und möglicherweise angepasst werden. Mehr zum Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) lesen Sie [hier](#).

TIPPS FÜR SPEISEPLANUNG UND KALKULATION

- ✓ Damit Sie Einkaufsmengen einschätzen und die Lagerhaltung organisieren können, ist die Speiseplanung wesentlich. Planen Sie am Ende einer Woche den Menüplan für die neue Woche, berechnen Sie die benötigten Lebensmittelmengen und beauftragen Sie anschließend die entsprechenden Lieferanten mit der Lieferung der Waren.
- ✓ In vielen Kita-Küchen liegen für die Menüs keine Rezepturen vor. Rezepturen helfen jedoch, benötigte Mengen genau zu kalkulieren. Wenn Sie noch keine Rezepturen vorliegen haben, sollten Sie die Mengen zumindest für bestimmte Rezeptgruppen (z. B. Suppen, Saucen Gemüsebeilagen, Stärkebeilagen) einmalig kalkulieren. So können Sie etwa die Kalkulation für eine Gemüsesuppe auf alle Suppen mit verschiedenen Gemüsearten übertragen.
- ✓ Als erste Orientierung für die Portionsgrößen gelten die Mengen, die der DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas empfiehlt. Was davon gegessen wird, unterliegt aber gewissen Schwankungen: Kinder mögen nicht immer alles oder müssen sich an bestimmte Geschmäcker erst gewöhnen, manche Gerichte oder Beilagen sind vielleicht beliebter als andere. Auch das Wetter oder der Geburtstagskuchen am Vormittag haben Einfluss auf den Appetit der Kinder. Durch Erfahrungswerte können die Produktionsmengen bedarfsgerecht angepasst werden.
- ✓ Die Anzahl der Kinder, die am Essen teilnehmen, kann z. B. durch Krankheiten oder Ausflüge schwanken und sollte unbedingt berücksichtigt werden. Hier ist eine gute Kommunikation zwischen Küche, Kita-Leitung und Eltern wichtig.

AUS DER PRAXIS

Heiko Mezger, Küchenchef im Fröbel-Kindergarten in Köln, konnte den Abfallanteil in seiner Küche von etwa 40% auf 9% senken. Dazu hat er zuerst die Lebensmittelabfälle gemessen und anschließend Schritt für Schritt die Arbeitsabläufe umgestellt.

Dazu rät er, lieber etwas weniger zu kochen als zu viel. Sollte es doch einmal eng werden, dann versorgt er spontan eine Kita-Gruppe mit etwas anderem, z. B. mit schnell gekochten Nudeln als Beilage, wenn die Menge an Kartoffeln nicht ausreicht. Das setzt voraus, dass Kita-Küchen entsprechend schnell mit Equipment und Personal reagieren können.

Außerdem werden erst einmal kleinere Mengen aus der Küche in die Kita-Gruppen gegeben. Bei Bedarf wird später erneut aufgefüllt. Denn was in der Küche verbleibt, können Sie weiterverwenden. Eine gute Kommunikation zwischen Küche und pädagogischen Fachkräften ist dafür notwendig.

BEIM WIEDERVERWENDEN AUF HYGIENE ACHTEN



Für die Verwendung von Lebensmittel- oder Speiseresten gilt eine einfache Hygieneregeln: Sie dürfen alles erneut anbieten oder verwerten, was die Küche noch nicht verlassen hat – und natürlich noch in hygienisch einwandfreiem Zustand ist. Teller- und Ausgabereste müssen Sie wegwerfen

Es gibt jedoch viele Möglichkeiten, diese Reste so gering wie möglich zu halten. Wie Sie Reste vom Frühstücksbuffet vermeiden, lesen Sie [hier](#).

ERNÄHRUNGSBILDUNG UND LEBENSMITELVERSCHWENDUNG

EIN WIDERSPRUCH?

In Kitas können Tellerreste unvermeidbar sein, denn Kinder müssen sich an neue Geschmäcker erst gewöhnen. Auch ist der Hunger nicht jeden Tag gleich groß, so dass die verzehrten Mengen variieren können.

Wenn Sie neue Speisen oder Lebensmittel anbieten, ist eine Übergangszeit, in der Reste anfallen ganz normal. Verzichten Sie deshalb aber nicht auf das Angebot neuer Lebensmittel. Bieten Sie besser zu Beginn kleinere Mengen an, bis die Kinder sich an den neuen Geschmack gewöhnt haben. Am Anfang reichen vielleicht ein paar Scheiben oder Stücke einer neuen Gemüsesorte auf einem Probierteller.



EXPERTEN-TIPPS:

HEIKO MEZGER, KÜCHENCHEF IM FRÖBEL-KINDERGARTEN AN DEN CLOUTHWERKEN IN KÖLN

✓ **Brühe aus Gemüseresten**

Heiko Mezger hat eigentlich immer eine Gemüsebrühe auf dem Herd, weil täglich Gemüse-
reste anfallen, die noch verwertbar sind. Dafür verwendet er fast alles: Schalen, Kerngehäuse,
Grünanteile oder Strünke von allen Gemüsesorten. Was nicht in die Brühe wandert: Stiele und
Blätter von Tomaten und Paprika, die schmecken in der Brühe bitter. Auch sollten nicht zu viele
Schalen von Kartoffeln oder Roter Bete verwendet werden, da sie einen starken erdigen Ge-
schmack in der Brühe bewirken.

Für die Zubereitung bedeckt er die gewaschenen Gemüsereste mit Wasser (ohne Salz und Ge-
würze) und lässt sie nur leicht köcheln. Das ist wichtig, weil die Brühe bei starkem Kochen grau
und trüb wird. Hygiene beachten (z. B. richtiges Abschmecken), damit die Brühe nicht umkippt.

Die fertige Gemüsebrühe nutzt er für Suppen oder Saucen. Die Brühe ist nach dem Abkühlen
für einige Tage im Kühlschrank haltbar, lässt sich aber auch gut einwecken, z. B. in gereinigten
Milchflaschen.

✓ **Nicht jedes Gemüse muss geschält werden**

Auch beim Gemüseputzen lassen sich Abfälle vermeiden. So müssen Möhren nicht unbedingt
geschält werden, wenn sie mit der Bürste gereinigt sind. Gurken und Zucchini können gut mit
Schale gegessen werden, der Strunk von Brokkoli oder Blumenkohl ist sehr schmackhaft und
aus den Blättern von Kohlrabi oder Roter Bete lässt sich würziges Blattgemüse z. B. für eine
Quiche zubereiten oder es kann für Pesto verwendet werden.

✓ **Flexibel sein und Übriggebliebenes kreativ einsetzen**

So können Salate vom Mittagstisch auch zum Nachmittags-Snack ergänzt mit einer Scheibe
Brot angeboten werden. Auch hält sich geraspeltes Wurzelgemüse für Salat im Kühlschrank
und kann am nächsten oder übernächsten Tag leicht abgewandelt erneut angeboten werden
(z. B. Äpfel dazu raspeln).



Weitere Tipps für eine abfallarme Kita-Verpflegung finden Sie hier:

WWW.KITA-SCHULVERPFLEGUNG.NRW/TIPPS-ABFALLARME-VERPFLEGUNG

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages