

5.1.2.1 Häufigkeitsanforderungen

In 20 Verpflegungstagen werden in der **klassischen Menülinie** (mit Fleisch und Fisch) die Lebensmittelgruppen wie folgt angeboten:

- Getreide, Getreideprodukte und Kartoffeln 20 x¹
davon:
 - mindestens 4 x Vollkornprodukte¹
 - maximal 4 x Kartoffelprodukte (Halbfertig- oder Fertigprodukte wie z.B. Kroketten, Pommes frites, Kartoffelecken, Reibekuchen, Gnocchi, Püree, Klöße)¹
- Gemüse und Salat 20 x¹
 - Mindestens 75 % der täglichen Gemüsemenge (s. **Ziff. 5.1.7**) müssen - roh oder gegart - mit dem vertraglich vereinbarten Ausgabesystem unmittelbar mit dem Gericht gereicht werden. Mindestens 25 % der täglichen Gemüsemenge muss in Form von rohem Gemüse (z. B. aufgeschnittenes Gemüse/Knabbergemüse, Rohkostsalate oder Blattsalate) angeboten werden.⁶
- Frischobst mindestens 8 x²
- Milch und Milchprodukte mindestens 8 x¹
- Fleisch, Wurst maximal 8 x²
 - davon mindestens in der Hälfte der Fälle mageres Muskelfleisch²
- Fisch mindestens 4 x²
 - davon mindestens 2 x Seefisch und mindestens 2 x fettreicher Fisch²
- Eigerichte maximal 2 x⁶
- Frittierte und/oder panierte Produkte maximal 4 x²
- Süße Hauptgerichte maximal 2 x⁶
 - Süße Hauptgerichte müssen in Kombination mit einer Gemüsesuppe angeboten werden.⁶
- Fette und Öle: Rapsöl ist Standardöl¹
- Trinkwasser 20 x²

In 20 Verpflegungstagen werden für die **ovo-lacto-vegetarische Menülinie** die Lebensmittelgruppen wie folgt angeboten:

- Getreide, Getreideprodukte oder Kartoffeln 20 x⁴
 - davon mindestens 4 x Vollkornprodukte⁴
 - maximal 4 x Kartoffelprodukte (Halbfertig- oder Fertigprodukte wie z.B. Kroketten, Pommes frites, Kartoffelecken, Reibekuchen, Gnocchi, Püree, Klöße)⁴
- Gemüse und Salat 20 x⁴
 - davon mindestens 4 x Hülsenfrüchte⁴
 - Mindestens 75 % der täglichen Gemüsemenge (s. **Ziff. 5.1.7**) müssen - roh oder gegart - mit dem vertraglich vereinbarten Ausgabesystem unmittelbar mit dem Gericht gereicht werden. Mindestens 25 % der täglichen Gemüsemenge muss in Form von rohem Gemüse (z.B. aufgeschnittenes Gemüse/Knabbergemüse, Rohkostsalate oder Blattsalate) angeboten werden.⁶
- Frischobst mindestens 8 x, zusätzlich mindestens 4 x Kerne oder Ölsamen⁵ (z.B. Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne, Pinienkerne, Sesam, Leinsamen)
- Milch und Milchprodukte mindestens 8 x⁴
- Industriell hergestellte Fleischersatzprodukte* maximal 4 x⁵ (*hochverarbeitete, küchenfertige Produkte wie Soja-„Fleisch“, Soja-„Schnitzel“, „Würstchen“, „Schnitzel“, „Geschnetztes“, „Hack“, „Bällchen“, Filetstreifen“, Bratlinge auf Soja-, Tofu-, Lupinen- oder Milchbasis, aus Quorn oder Saitan)⁴
- Eigerichte maximal 2 x⁶
- Frittierte und/oder panierte Produkte maximal 4 x⁵
- Süße Hauptgerichte maximal 2 x⁵
 - Süße Hauptgerichte müssen in Kombination mit einer Gemüsesuppe angeboten werden.⁶
- Fette und Öle: Rapsöl ist Standardöl⁴
- Trinkwasser 20 x⁵