

Riesaer Mittagessen im Test

Die SZ nahm zusammen mit einer Expertin die Speisepläne fünf regionaler Anbieter unter die Lupe. Das Ergebnis ist durchwachsen.

■ Antje Becker

Nährwertangaben von den Essensanbietern und den Erhalt von hauseigenen Küchen fordert Doreen Janz aus Bloßwitz. Damit ist die Diätassistentin und Mutter dreier Kinder dem Bundesminister für Ernährung Horst Seehofer eine Nasenlänge voraus. Denn der stellte zwar jüngst seinen Aktionsplan unter dem Motto „Fit statt fett“ vor und forderte darin auch die „Qualitätsverbesserung bei der Verpflegung außer Haus“. Konkrete Maßnahmen nannte er bislang aber nicht.

„Sich die eigene Küche nicht aus der Hand nehmen zu lassen“, hat dagegen für Doreen Janz oberste Priorität. Nur dann könnten nämlich Erzieher, Lehrer und Eltern optimal Einfluss auf den Speiseplan nehmen und würden die zum Beispiel für Vitamine schädlichen Warmhaltezeiten überflüssig werden. Doch immer mehr Kindereinrichtungen schließen die hauseigenen Küchen aus Kostengründen und steigen auf Fremdanbieter um. Vor der Wahl eines Lieferanten sollte laut Doreen Janz nun aber nicht nur dessen Speiseplan genau angesehen werden, sondern wenn möglich auch dessen Küche.

Zusammen mit der SZ nahm die Expertin die Angebote von fünf Lie-

feranten unter die Lupe. Das Ergebnis ist durchwachsen. „Bei den meisten stehen noch zu viele Zahlen hinter den Speisen“, so Doreen Janz. Das dokumentiere die großzügige Verwendung von ihrer Meinung nach überflüssigen Geschmacksverstärkern, Farb- und Konservierungsstoffen.

MENÜ GRÖDITZ

Am meisten überzeugt sie trotzdem das Angebot der Gröditzter Menü GmbH. Vor allem, weil die Nährwerte auf den Speiseplänen mit angegeben sind. „Das sollte gesetzlich vorgeschrieben werden“, sagt Doreen Janz, „denn es ist zum Beispiel für jene sehr hilfreich, die auf ihr Gewicht achten.“ Neben Kindereinrichtungen versorgt das Grödit-



Diätassistentin Doreen Janz

zer Unternehmen viele Senioren und Büroeinheiten in Riesa mit einer laut Janz „sehr schönen Auswahl“. So begrüßt die Diätassistentin unter anderem die Idee mit den frischen Pizzen. Wenn andere Küchen nicht ein solch umfangreiches Angebot kochen können, empfiehlt sie Motto-Wochen, um Abwechslung in den Speiseplan zu bringen.

SPORTCLUB RIESA

Um den unterschiedlichen Geschmäckern zu entsprechen, wären aber mindestens zwei Wahlen sinnvoll. Deshalb gibt es einen Mittelpunkt für den Sportclub Riesa, der zum Beispiel das Städtische Gymnasium versorgt. Denn dort steht nur ein Essen täglich auf dem Plan und oft auch ähnliche Nudelgerichte. Dafür bietet der SC den Schülern jede Woche Eintopf und Rohkost an.

SOZIALKÜCHE LOMMATZSCH

„Tiegelwurst oder Innereien gehören überhaupt nicht in den Speise-

plan von Kitas“, mahnt die Expertin. Doreen Janz kritisiert das Speisenangebot der Sozialküche Lommatzsch an. Die Küche beliefert unter anderem die Kita in Stauchitz oder Riesa mit zwei Wahlen. „Das ist auch sehr schwer verdaut“, sagt Doreen Janz über nicht recht angebotene Saure Sahne, backener Leberkäse oder Röhrlin mit Zwiebeln, Kartoffeln und Nensalat.

SPRUNGBRETT RIESA

Auch beim Sprungbrett Riesa als Träger zum Beispiel die Kita Mischka versorgt, schon mal Chili con Carne oder Curry auf dem Plan, „ganz eigentlich nicht so gut für Kinder“. Wenn allerdings mild gewürzt sind solche Ausnahmen, ist die Diätassistentin vertretbar. „Gerade in Küchen, in denen für Erwachsene gekocht wird, bei den Kindermahlzeiten zum Beispiel mit Salz und scharfen Gewürzen sehr sparsam umzugehen“, mahnt sie.

GASTRO-SERVICE SELLE

Auch beim Fleisch ist es nicht mehr. Doch beim Gastro-Service Selle ist selten ein warmes Essen für Vegetarier zu finden. Wichtig liegt das daran, dass das Unternehmen nicht nur Mittagessen ausliefert, sondern auch Kantine im Gröbaer Stahlwerk betreibt. Ein Pluspunkt ist laut der Diätassistentin, dass Jodsalz zum Kochen verwendet sowie Marinaden, Soßen und Saucen laut dem Unternehmen selbst hergestellt werden: „Das sollte in allen Fällen so sein“, sagt Doreen Janz.

Die Checkliste für ein gesundes Essen

■ **Die Bremer Checkliste** beruht auf Empfehlungen des Forschungsinstituts für Kinderernährung in Dortmund.

■ **Empfehlungen** für einen Wochen-Speiseplan: ein Fleischgericht, ein Eintopf oder Auflauf, ein Seefischgericht, ein vegetarisches Gericht sowie zum Beispiel ein süßes Hauptgericht.

■ **Gerade in Kinder-**

einrichtungen sollten nicht zu häufig panierte Speisen, das Gemüse pur und nicht schon in der Soße sowie Rohkost statt Sauerkonserven angeboten werden.

■ **Zusätzlich** sollte darauf geachtet werden, dass mindestens zweimal frisches Obst, zweimal Rohkost oder frischer Salat sowie zweimal frische Kartoffeln das Mittagessen abrunden.

sen abrunden.

■ **Grundsätzlich** sollte das Essen schmecken und die Menüs sich innerhalb von vier bis fünf Wochen nicht wiederholen.

■ **Die ideale Warmhaltezeit**, in der das Essen ausgeliefert wird, beträgt bis zu 30 Minuten. Übersteigt diese zwei Stunden, sollte über die Transportroute diskutiert werden.