

4. Um die trotz schonender Vor- und Zubereitung auftretenden Vitamin- und Mineralstoffverluste auszugleichen, sind möglichst Frischkostsalate als Vorkost zu reichen bzw. dem gekochten Gemüse etwa 20 % Rohgemüseanteile nach der Beendigung des Garens hinzuzusetzen.
5. In der gemüsereichen Zeit ist ausschließlich Frischgemüse zu nehmen; in der gemüsearmen Zeit können auch Tiefgefrier Gemüse, notfalls Sterilkonserven verwendet werden. Besonderer Wert ist auf die möglichst häufige Ausgabe von Frischkost aus Gemüse oder Obst zu legen.
6. Beim Herstellen einer großen Anzahl von Portionen lassen sich verschiedene Zutaten, wie Zwiebeln, Wurzelwerk, Küchenkräuter u. ä., rationeller verwenden und werden nicht in der vollen Menge je Essenteilnehmer benötigt.
7. Aus ernährungsphysiologischen Gründen ist bei geeigneten Speisen der Einsatz der Weizenmehltype W 1700 statt W 630 dringend zu empfehlen.
8. Die bei den Einsatzmengen für die Lebensmittel genannte Milch dient ausschließlich dem Herstellen der Speisen.
9. Die zusätzliche Ausgabe von täglich 1 Vollmilch zum Trinken im Rahmen der Versorgung der Vorschulkinder mit Trinkmilch trägt wesentlich zur Gesundheit und Leistungsfähigkeit bei. Sie soll nicht kalt getrunken werden und muß zumindest Zimmertemperatur haben.

Anlage 2

zu vorstehender Vierter Durchführungsbestimmung

Spezielle Hinweise für die Kinderspeisung

1. Die Musterrezepturen sind Beispiele für eine vollwertige Ernährung; sie können nicht allen unterschiedlichen örtlichen Gegebenheiten, z. B. Großküchen oder Küchen in Kindergärten und Vorschuleinrichtungen, gerecht werden. Deshalb müssen Auswahl, Reihenfolge und Abwandlung der Gerichte unter Sicherung der geforderten Qualität entsprechend den örtlichen und jahreszeitlichen Voraussetzungen der Initiative der Küchenleiter überlassen bleiben. Die Musterrezepturen sind jeweils für 10 Kinder berechnet.
2. Eine abwechslungsreiche Zusammenstellung der Kost trägt zur erforderlichen Nährstoffbereitstellung bei. Deshalb soll sich innerhalb von 14 Tagen möglichst kein Gericht wiederholen.
3. Es sollte, soweit es irgend möglich ist, mageres Fleisch bevorzugt werden.
4. Im Austausch mit E-Milch kann auch im Mengenverhältnis 4:1 Quark bezogen und verwendet werden.

Anlage 3

zu vorstehender Vierter Durchführungsbestimmung

Musterrezepturen für die Kinderspeisung

Die Wareneinsatzmenge in g, ml oder Stück ist für 10 Portionen berechnet.

1. Gemüseintopf, Flammeri mit Fruchtsirup

Wirsingkohl	1000 g
Möhren	1000 g
Sellerie	500 g
Kartoffeln	2500 g
Butter	50 g
öl	50 g
Zwiebeln.....	100 g
Weizenschrot ..	50 g
Vollsoja	30 g
Hefeextrakt ...	10 g
Petersilie	20 g
Vollmilch	1000 ml
Zucker	80 g
Kindernährgrieß	100 g
Weizenkeime	20 g
Fruchtsirup	150 g
Gewürze	
2. Rote-Beete-Salat, Fleischtunke mit Gurke, Kartoffelbrei

Rote Beete	1000 g
Zwiebeln	50 g
Zitrone	150 g
öl	10 g
Schweinekamm.....	350 g
Margarine (Marina)	40 g
Zwiebeln.....	100 g
Weizenschrot	100 g
Vollsoja	30 g
Salzgurke	500 g
Schnittlauch	20 g
Kartoffeln	3000 g
E-Milch	500ml
Butter	50 g
Gewürze	
3. Frischobst, Rührei, Spinat, Salzkartoffeln

Frischobst i. D.*	1000 g
Eier	10 Stück
Margarine (Marina).....	50 g
Butter	50 g
Zwiebeln.....	100 g
Weizenschrot	100 g
Vollsoja	30 g
E-Milch	500 ml
Spinat	2000 g
Kartoffeln	3000 g
Gewürze	
4. Frischobst, Schinkenhörnchen mit Tomatentunke, Fruchtmilch

Frischobst i. D.*	1000g
Kochschinken, mager	300g
Bandnudeln	500g
Butter	50g
Schmalz	50g
Zwiebeln.....	100g

♦ i. D. = im Durchschnitt