Schulspezifisches Verpflegungskonzept des Heinrich-Heine-Gymnasiums (Stand: Juli 2023)

1. Einleitung mit kurzer Beschreibung der Schule

Das Heinrich-Heine-Gymnasium ist ein Gymnasium mit etwa 850 Schüler*innen, die in verschiedenen Zweigen unterrichtet werden.
Als Eliteschule des Sports und des Fußballs bieten wir die Förderung von Talenten in den Sportarten Badminton, Tennis, Judo, Radsport, Handball, Leichtathletik, Klettern und Fußball an. Diese Kinder werden in jeder Jahrgangsstufe in 2 Klassen unterrichtet, deren Stundenplan mit den Trainingszeiten koordiniert wird. In den Jahrgangsstufen 5 und 6 gibt es daneben je eine Klasse, in der sportinteressierte Kinder unterrichtet werden, die ab der Jahrgangsstufe 7 die sogenannten a-Klasse besuchen. In der MSS ist das HHG auch Aufbaugymnasium für Schülerinnen und Schüler aus einer IGS oder Realschule plus. Daneben gibt es am HHG in jeder Jahrgangsstufe eine Klasse für hochbegabte Kinder und Jugendliche, die die Schule als volle Ganztagsschule besuchen. Seit dem Schuljahr 2019/20 wird dieses Angebot durch eine Ganztagsschule in Angebotsform erweitert.
Etwa 170 unserer Schüler*innen leben während der Schulwoche in unserem Internat, das vier Gebäude umfasst, die auf dem neuesten baulichen Stand sind und durch den DFB und die DFL mit sehr positivem Ergebnis zertifiziert wurden (siehe: https://www.hhg-kl.de/aktuelles/allgemein/719-hhg-internate-durch-den-1-fc-kaiserslautern-zertifiziert.html). 15 der Internatsbewohner*innen und Essensteilnehmer*innen sind Schüler*innen anderer Schulen. Unsere jungen Internatsbewohner*innen sind Sportler*innen und Hochbegabte.
Einen allgemeinen bildlichen Eindruck von unserer Schule kann man sich durch unsere Homepage verschaffen (siehe: https://www.hhg-kl.de/schule/bilder.html). Unter dem Unterpunkt „Mensa / Verpflegung“ finden sich weitere Bilder zu speziell diesem Bereich (siehe: https://www.hhg-kl.de/mensa/bilder.html).

2. Ziele

I. Sportgerechte, moderne und schmackhafte Ernährung realisieren und Bewusstsein für gesundes Essen verbessern
II. Realisierung vollwertiger Mittags- und Zwischenverpflegung nach DGE-Qualitätsstandards
III. Verankerung dieser Ziele im Leitbild der Schule (Qualitätsprogramm)

3. Zielgruppen (Essensteilnehmer, Alter, Besonderheiten)

Prinzipiell sind alle Schüler*innen, die das Angebot der Mensa in Anspruch nehmen, die Zielgruppe der Qualitätsarbeit des Runden Tischs (in der Spitze nehmen bis zu Schüler*innen täglich am Mittagessen teil). V.a. die Klassen 6, 8 und 10 sind durch die Verankerung der Ernährungsbildung im Unterricht der Fächer Naturwissenschaften und Biologie im Fokus. Dadurch werden auch alle Schüler*innen u.v.a. Sportler*innen erreicht, denen auch ein ihren Erfordernissen angemessenes Verpflegungsangebot gemacht wird. Dazu gehört die Sicherstellung der ausreichenden Versorgung mit Proteinen.

4. Verpflegungsangebot

Die Mensa bietet für die Internatsschüler*innen jeden Morgen ein vollwertiges Frühstück an. Jederzeit können die Kinder und Jugendlichen dort und auch am Wasserspender in der Pausenhalle Wasser bekommen und in Flaschen abfüllen. In den Pausen gibt es in der Mensa und in der Cafeteria ein umfangreiches Angebot an Pausensnacks.

Mittagessen wird von Montag bis Freitag, Abendessen von Montag bis Donnerstag im großen, hellen und freundlichen Speisesaal angeboten (siehe: https://www.hhg-kl.de/mensa/bilder.html). Daneben gibt es für die Internatsschüler*innen noch eine kleine Zwischenmahlzeit. Dieses umfangreiche Angebot (siehe hierzu z.B. die Speisepläne im Kontext der Speiseplanchecks) wird durch einen entsprechend geplanten Schichtbetrieb ermöglicht. Alle Speisen werden durch die Mitarbeiter*innen der Mensa selbst hergestellt und ausgegeben, der Verpflegungsstandard ist der einer Frischküche vor Ort. Der Wareneinsatz ist im Sinne der Nachhaltigkeit durch den Einsatz regionaler und saisonaler Produkte geprägt.

Besonderen Bedürfnissen (vegetarische, vegane, muslimische, Allergien betreffende) wird Rechnung getragen. Durch die Öffnungszeiten sowohl am Mittag (12.10 -14.30 Uhr) als auch am Abend (18.00 bis 21.00 Uhr) wird auf die besonderen Anforderungen durch Trainingszeiten Rücksicht genommen. Daneben sind individuelle Absprachen möglich, um besonderen Problemlagen und Anforderungen begegnen zu können.

Das Ausgabesystem zeichnet sich dadurch aus, dass die geschulten Mitarbeiter*innen der Mensa die Mahlzeit oder die vorher zu buchende vegetarische Alternative auf einem Tablett ausgeben. Daneben steht eine Salatbar mit verschiedenen Salaten, Rohkost und zwei Dressings zur freien Verfügung. Zudem gibt es eine Wärmetheke mit verschiedenen Komponenten (z.B. Vollkornnudeln, Saucen und Gemüse), an der man sich individuell bedienen kann (siehe: https://www.hhg-kl.de/mensa/bilder.html). Nachschlag zum Hauptgericht ist ebenfalls erhältlich, wobei Fleisch hierbei die Ausnahme darstellt.

Eine Vorbestellung ist nicht nötig, die Schüler*innen können spontan entscheiden, ob und wann sie im Rahmen der Öffnungszeiten der Mensa am Essen teilnehmen möchten.

Durch den geplanten Umbau der Mensa wird es künftig leichter werden, z.B. mehr einzelne Komponenten anzubieten. Die Planungen für den Umbau sind abgeschlossen, das Feedback des Runden Tischs fand dabei Berücksichtigung.

Ansprechpartner für die Schüler*innen sind die Mitarbeiter*innen der Mensa, die Wirtschaftsleiterin und die Aufsicht führenderen Erzieher*innen der Internate. Daneben können sich die Kinder und Jugendlichen auch immer an die beim Runden Tisch teilnehmenden Vertreter*innen des Internatsparlaments und der SV wenden. Vorsitzender des Runden Tischs ist Herr Wagner (Leiter der Ganztagsschule).

5. Pädagogisches Konzept

Als Gymnasium mit den Schwerpunkten Sportförderung und Hochbegabtenförderung mit ca. 170 Kindern und Jugendlichen (hinzu kommen 15 extern beschulte Internatsbewohner*innen und Essensteilnehmer*innen), die während der Woche im Internat wohnen und sehr regelmäßig in der Mensa essen gehen, ist das Thema Qualitätsarbeit in der Mensa von besonderer Bedeutung für unsere Schulgemeinschaft.

Das im Folgenden dargelegte Verpflegungskonzept wird auf der Homepage unserer Schule veröffentlicht und in das Leitbild der Schule übernommen.
Wie oben bereits ausgeführt, ist die Teilnahme am Essen für die Schüler*innen freiwillig, alle Internatsschüler*innen haben hierfür aber bereits mit ihrem Monatsbeitrag bezahlt.
In der Mensa stehen 136 Sitzplätze zur Verfügung, es gilt dabei freie Platzwahl für Schüler*innen und Lehrkräfte.
Die Tische sind in langen Reihen oder als Tischgruppen für 4 bzw. 8 Personen angeordnet. Diese Anordnung ermöglicht eine optimale Raumausnutzung und findet die Zustimmung der SV. Regeln zur Ess- und Tischkultur sind in den Mensaregeln formuliert und in der Mensa ausgehängt (siehe Anlage 1).
Zentraler Bestandteil des pädagogischen Konzepts sind die im Folgenden genannten Ernährungsbildungsmaßnahmen:

I. Zum Thema sportgerechte Ernährung finden Veranstaltungen mit einer Ernährungsberaterin des Olympiastützpunkts statt, durch die möglichst viele Schüler*innen angesprochen werden sollen. Hierbei geht die Entwicklung zunehmend in Richtung individueller Beratung der einzelnen Sportler*innen.
II. Koch-Events finden regelmäßig in den Internaten statt. Details hierzu können dem beigefügten Bericht von 2016 inkl. einem Update von 2018 und den Bildern entnommen werden. (siehe Anlage 2 und https://www.hhg-kl.de/mensa/koch-ag.html).
III. Ernährungsbildung ist durch einen Beschluss der Fachschaft NAWI bzw. Bio fest im Unterricht verankert und findet in der 6., 8. und 11. Klasse statt. Die geplante individuellere Beratung der Sportler*innen (siehe I) dient ebenfalls der Ernährungsberatung.
IV. Bei den Schüler*innen soll ein Bewusstsein geschaffen werden, die Pausenzeiten wirklich zum Trinken zu nutzen. Der Bezugsrahmen hierzu ist die Hausordnung unserer Schule: „Essen, Trinken, und Kaugummikauen sind während des Unterrichts nicht gestattet.“ (S.5) Daher informieren die Klassenleiter*innen und die Klassensprecher*innen die Schüler*innen darüber, dass die kleinen und großen Pausen für das Trinken genutzt sollen und dass der Wasserspender in der Mensa bis 14.30 Uhr sowie der Wasserspender in der Pausenhalle ganztägig zur Verfügung stehen, um die Trinkflaschen aufzufüllen.
V. Die Themen Kochen und Ernährung sind in die Projektwoche unserer Schule eingebunden.
VI. Die SV wird in die Speiseplangestaltung eingebunden. SV und Internatsparlament erhalten einen Vierwochenplan. Dieser wird von den genannten Gremien kritisch hinterfragt, konstruktive Vorschläge unter Berücksichtigung der DGE-Standards zur Verbesserung können eingereicht und gemeinsam mit der Wirtschaftsleitung diskutiert werden.
VII. Die bisher angewandten Feedbackverfahren (belegt durch die Qualifizierung zum ersten, zweiten und dritten Stern) werden in regelmäßigen Abständen weiter zur Anwendung gebracht, kritisch hinterfragt und weiterentwickelt. Geplant ist ein Umfrage-Tool auf der Homepage der Schule.

6. Kommunikation und Partizipation

An den regelmäßig stattfindenden Treffen des Runden Tischs zum Thema nehmen Vertreter aller relevanten Gremien der Schulgemeinschaft teil (SV, Sprecherin des Internatsparlaments, SEB; Wirtschaftsleitung, Mensamitarbeiter*innen, Erzieher*innen, Lehrer*innen, Schulleitungsmitglieder). Hierbei wurde in den letzten Jahren die Arbeit am Qualifizierungsprozess vorangetrieben, auch in Zukunft wird die Qualitätsarbeit zu diesem Thema fortgeführt.

Die Speisepläne werden auf der Homepage veröffentlicht, auf der auch Bilder der Mensa und Cafeteria sowie die Urkunden des Qualifizierungsprozesses zu sehen sind. Zudem kann man hier auch zusammenfassenden Artikeln zum Qualifizierungsprozess Details der Arbeit entnehmen (siehe: https://www.hhg-kl.de/mensa/qualifizierung.html).

Für alle Essensteilnehmer*innen sind im Eingangsbereich der Mensa in einem Schaukasten die drei Urkunden, die Mensaregeln und der aktuelle Speiseplan ausgestellt (siehe Homepage).

Eine Einbindung der Cafeteria in den Tag der Offenen Tür im November jedes Jahres ist fester Bestandteil des Veranstaltungsprogramms. Das Mensa- und Internatspersonal nimmt regelmäßig an Fortbildungen zum Thema teil.

7. Zusammenarbeit und Weiterentwicklung

Die Zusammenarbeit bzgl. der Verpflegung am HHG durch die verschiedenen Akteure der Schulgemeinschaft ist durch die Einrichtung des Runden Tischs deutlich gestärkt worden. Hiermit haben alle am Thema Interessierten ein gemeinsames Gremium, bei dem die relevanten Fragestellungen diskutiert und zu einer von allen getragenen Lösung geführt werden können.

Die Zusammenarbeit der Sportzweigleitung mit dem DOSB zeigt sich bzgl. der Qualitätsarbeit im Bereich Mensa und Verpflegung in der Durchführung der Ernährungsberatung durch den DOSB.

Da wir die Weiterentwicklung und Qualitätssicherung des Verpflegungsangebots als ständigen Prozess unter Beteiligung aller relevanten Akteure ansehen, werden wir auch weiterhin auf Kooperation setzen und diese weiter ausbauen.

Anlage 1:

Hi,

bitte denk daran, dein **Handy nach** deinem **Mensabesuch** wieder **einzuschalten**.

Lass deine wahnsinnig **coole Mütze** am besten **ab**. Deine Frisur ist schön genug.

Lebensmittelverschwendung ist **doof**, deshalb nimm dir bitte nur so viel, wie du auch essen kannst.

Sozialer Kontakt und **Gespräche sind wichtig**, **allerdings** möchte vielleicht nicht jeder hören, was du heute gemacht hast. Halte deine **Gespräche** nur mit **angemessener Lautstärke!**

Willst du die Essensreste von anderen wegräumen? Die Bediensteten der Mensa auch nicht! Bitte **hinterlasse** deinen **Platz** so, wie du ihn **vorgefunden** hast und achte beim **Verlassen der Mensa** auf die **Behälter** für **Besteck** und **Abfall**.

Mit Sicherheit möchtest du Essen haben. Und mit Sicherheit hast du auch gleich Training oder Unterricht. Aber das haben hier alle, deshalb **drängle nicht!**

Vielen Dank!

Anlage 2:

Koch AG im Internat III (Bericht von 2016)

Seit zwei Jahren gibt es nun die Koch AG unter der Leitung von Frau Hoffmann im Internat 3. Was zu Beginn ein Kochen „frei nach Lust und Laune“ war, hat sich mittlerweile zu einem regelmäßigen Kochevent mit Geschmacksexplosion entwickelt. Im letzten Jahr kochten 14 Mädchen und Jungen im Alter von 9 – 15 Jahren ein Drei-Gänge-Menü unter der Überschrift „Das perfekte Internatsdinner“. Alle Beteiligten mussten einzeln ihre Kochkunst in einer Vorspeise, Hauptspeise und Nachspeise unter Beweis stellen. Nach dem Essen gab es dann Bewertungskarten, auf denen jeweils bis zu 10 Punkte für Geschmack, Ausführung (wie viel Hilfe hat der jeweilige Koch/die Köchin benötigt), Aussehen, Dekoration (Tischdeko) und Schwierigkeitsgrad gegeben werden konnten. Die Punkteverteilung war manches Mal sehr schwer, da zwischen komplizierten und einfachen Gerichten die breite Palette dabei war. Es gab unter anderem Wasserspatzen, Pizza, dreierlei Bruschetta, Schokopudding, Lava Cake, Crêpe, Burger, Tortillas, Suppen in allen Variationen und vieles mehr. Finanziert wurde das Dinner von jedem einzelnen Teilnehmer. Es wurde gemeinsam eingekauft und dann der Betrag durch alle Teilnehmer geteilt. Auch Gastjuroren waren gerne gesehen.

In diesem Jahr heißt das Motto „Länderkochen“. Diesmal können mehrere Personen ein Drei-Gänge-Menü kochen unter Berücksichtigung der jeweiligen Spezialitäten des Landes. Neben Mexiko und Italien wird auch aus Amerika etwas gezaubert. Dort gab es z.B. Onionrings als Vorspeise, Burger mit Wedges und selbstgemachter Barbecue Sauce als Hauptspeise und einen Riesencookie als Nachspeise.

Die Teilnehmer/innen suchen gemeinsam das Rezept aus, schreiben eine Einkaufsliste, gehen gemeinsam mit Frau Hoffmann einkaufen und sind dann für die Zubereitung zuständig. Danach wird gemeinsam gegessen. Zwischendurch versucht Frau Hoffmann mit den Kids immer wieder etwas Ordnung in der Küche zu schaffen, steht für Fragen zur Verfügung oder hilft, wenn es nicht weitergeht. Nach dem Essen packen dann nochmal alle mit an und machen die Küche sauber. Die Koch AG ist eine gelungene Abwechslung zum Gang in die Mensa, da die Jungs und Mädels gerne experimentieren und Freude am eigenen Kochen haben. Und gerade das gemeinsame Essen in einer schönen Atmosphäre lässt den „Kochstress“ schnell vergessen.

Update 2018

Auch seit 2016 findet die Koch-AG in Internat III in regelmäßigen Abständen statt. Themen dabei waren in diesem Zeitraum z.B. „Wir kochen Kürbiscremesuppe“, „Hähnchenspieße in Honig-Senf-Marinade mit Gurken-Kresse-Salat“ und „Gesundes Abendessen“.

Update 2023

SIEHE BERICHT ZU KOCHPRJEKT PROJEKTWOCHE 2023 VON BERNDT/MAAß

Projekt von Frau Schwehm während der Projekwoche 2023
Projekt: "Gesundes Essen"
Während der Projektwoche befassten sich insgesamt 16 Schüler*innen aus unterschiedlichen Klassen mit dem Thema "Gesundes Essen". Innerhalb des Projektes lernten die Schüler*innen, was man unter gesundem Essen versteht, wozu unser Körper die verschiedenen Nähr- und Ergänzungsstoffe benötigt und wie man sich ausgewogen und gesund ernährt. Außerdem wurden verschiedene gesunde Gerichte gemeinsam zubereitet und anschließend verkostet.
Weitere Photos siehe Email von Frau Schwehm vom 24.07.23 im Ordner Mensa

Projekt der FSJ 2023

In der Projektwoche (Juli 2023) haben die beiden FSJlerinnen Frau Heil und Frau Müller mit 15 Schüler/innen aus der zehnten und zwölften Klasse verschiedene Gerichte gekocht.
Jeden Tag ging eine kleine Gruppe einkaufen und versorgte die anderen mit den nötigen Zutaten.Anschließend wurde dann in der Internatsküche gekocht und das fertige Essen zusammen verspeist.
Danach wurde noch gemeinsam aufgeräumt. Am ersten Tag gab es selbst gemachte Burger,am zweiten Tag Wraps und am dritten Tag wurden Crêpes zubereitet.