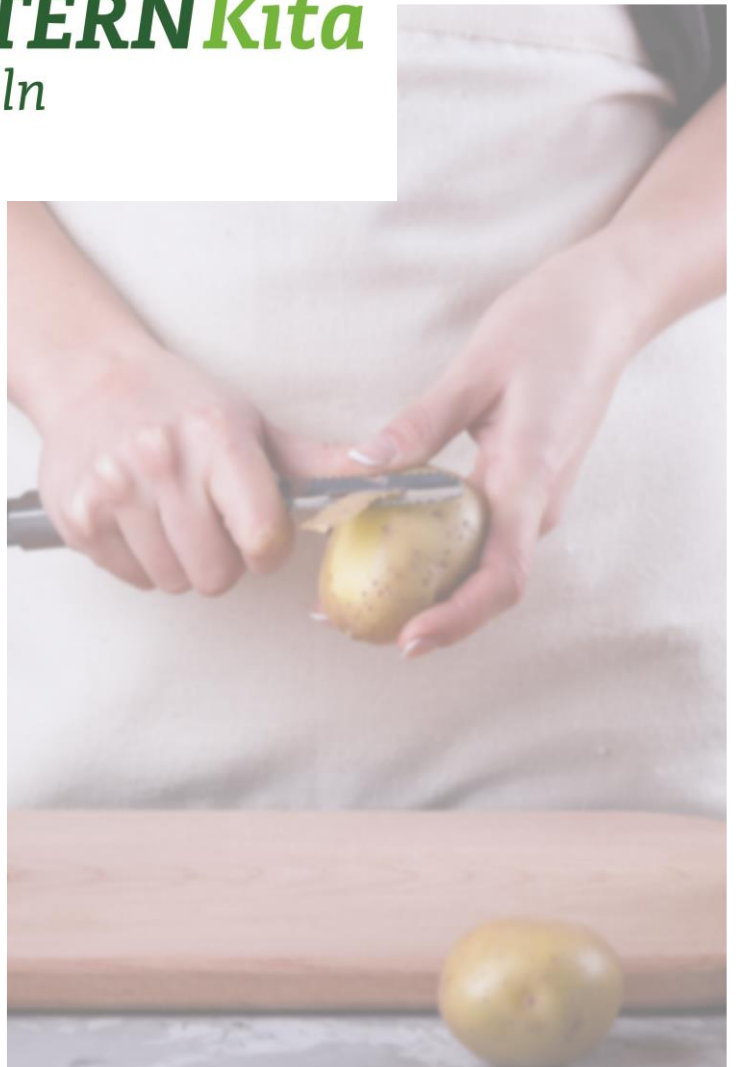


STERNKita
Köln



Liebe Kita-Köchinnen,

was Ihr in Eurem Arbeitsalltag leistet, ist beeindruckend. Ihr sorgt dafür, dass Dutzende von Kindern und auch Erwachsene mittags eine warme Mahlzeit auf dem Teller haben, die sättigt, schmeckt und appetitlich aussieht. Dazu ist ständig Eure Kreativität gefragt, damit es niemandem langweilig wird. Trotzdem bekommt Ihr manchmal zu hören, dass es jemandem nicht geschmeckt hat. Dann müsst Ihr mühevoll gekochtes Essen zum Teil wegwerfen.

Außerdem kümmert Ihr Euch um den Einkauf und bemüht Euch um frische, schmackhafte Lebensmittel, die aber gleichzeitig nicht das Budget überschreiten dürfen. Fleisch und Fisch nicht zu oft und nicht zu selten, Vollkornprodukte müssen integriert werden und Rohkost ist auch wichtig. Und über allem sind die strengen Hygieneregeln nicht zu vergessen.

Ganz schön viele Anforderungen, die da an Euch gestellt werden.

Umso bemerkenswerter ist es, dass Ihr Euch auch noch Gedanken um eine zukunftsfähige und klimaschonende Ernährung macht und offen seid für Veränderungen.

Ihr versucht die Mengen an Fleisch und Fisch zu reduzieren, interessiert Euch für die Anbauweise der Lebensmittel, versucht regionales und nachhaltiges Obst- und Gemüse zu kaufen oder probiert vegane Rezepte aus.

Gerne möchten wir Euch auf diesem Weg unterstützen und freuen uns, dass wir Euch mit der Schulung mit Stefan Brandel ein erstes Angebot machen konnten. Es war schön zu sehen, mit welcher Begeisterung Ihr zusammen gekocht und Erfahrungen ausgetauscht habt.

Stefan Brandel hat Euch ermutigt, vegane Rezepturen auszuprobieren, mehr Hülsenfrüchte zu integrieren, sich an Algen heranzutrauen und hat Euch Aquafaba vorgestellt.

Wir bedanken uns ganz herzlich, dass Ihr so aufgeschlossen und engagiert dabei wart und nehmen ganz viele tolle Erinnerungen mit.

Hier findet Ihr die Inhalte der Schulung zum Nachlesen und Teilen.

Wir freuen uns, weiterhin Eure Kochkünste zu verfolgen und wünschen Euch allen viel Erfolg und Freude beim Kochen.

Herzliche Grüße von

Bernadette und Lizzy aus dem StErn Kita Team



Handout I zur 3. Fachtagung im StErn Kita Projekt



Preisgestaltung in Kita und Schule

Mit fachlicher und finanzieller Unterstützung von:



STIFTUNG UMWELT
UND ENTWICKLUNG
NORDRHEIN-WESTFALEN



Preisgestaltung in Kita und Schule

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

www.stefanbrandel.de

info@stefanbrandel.de

0176 819 843 08

- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Preisgestaltung in Kita und Schule

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Die Grundformel der Vorkalkulation

Wareneinsatz – netto Kosten der eingesetzten Lebensmittel
Personalkosten – netto Ausgaben für das Personal
Gemeinkosten – alle weiteren Kosten (netto) die in der Küche anfallen

Netto Preis – Preis der Speisen ohne Mehrwertsteuer
MWSt. – 19% (im Haus Verzehr) 7% (außer Haus Verzehr)

Bruttoverkaufspreis – Gesamt Preis der zu zahlen ist

- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Preisgestaltung in Kita und Schule

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Die Grundformel der Rückkalkulation

Wareneinsatz – netto Kosten der eingesetzten Lebensmittel
Personalkosten – netto Ausgaben für das Personal
Gemeinkosten – alle weiteren Kosten (netto) die in der Küche anfallen

Netto Preis – Preis der Speisen ohne Mehrwertsteuer
MWSt. – 19% (im Haus Verzehr) 7% (außer Haus Verzehr)

Bruttoverkaufspreis – Gesamt Preis der zu zahlen ist



Preisgestaltung in Kita und Schule

Stefan Brandel



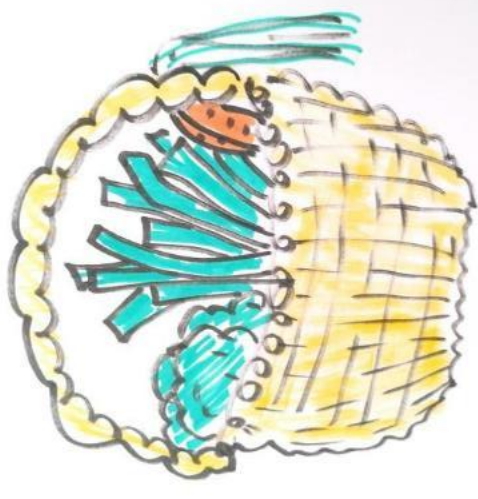
Küchenmeister & Ernährungsberater

Wareneinsatz

Kosten für die eingesetzten Lebensmittel für die Herstellung einer Speise

Diese werden bestimmt durch:

- Qualität
- Frische
- Verarbeitungsgrad
- Herkunft
- Anbau
- Ursprung
- Fachgerechte Zubereitung



- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Preisgestaltung in Kita und Schule

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Personalkosten

Kosten die auf das Personal bezogen entstehen

Diese werden bestimmt durch:

- Geleistete Arbeitsstunden
- Qualifizierung
- Verträge
- Beschäftigungsdauer



- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Preisgestaltung in Kita und Schule

Stefan Brandel



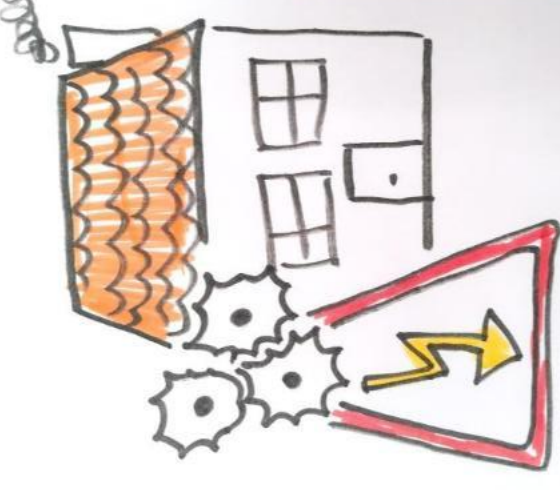
Küchenmeister & Ernährungsberater

Gemeinkosten

Kosten für Energie, Versicherungen, Miete, Müllgebühren, Wartung, Geräte...

Diese werden bestimmt durch:

- Mietverträge
- Stromanbieter
- Wartungsverträge
- Anschaffungskosten
- Effizienter Geräte Einsatz
- ...



- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Preisgestaltung in Kita und Schule

Stefan Brandel

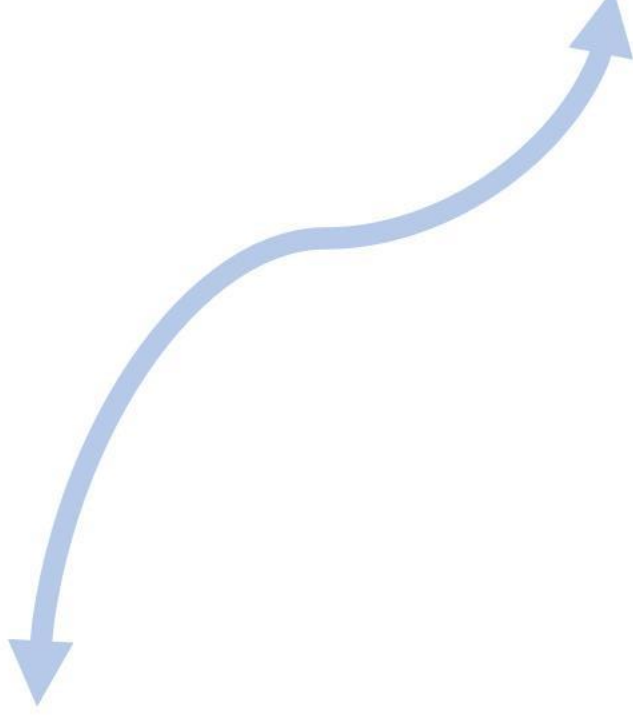


Küchenmeister & Ernährungsberater

Mehrwertsteuer

Durchlaufender Posten

- Im Haus Verzehr 19%
- Außer Haus Verzehr 7%



- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Preisgestaltung in Kita und Schule

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Die eigene Preisgestaltung

Wareneinsatz	Tomaten-Möhrensuppe mit Joghurt	Bio	Konv.
20 g	Zwiebel	0,04	0,02
1 g	Knoblauchzehe	0,01	0,01
25 g	Möhre	0,032	0,03
	Olivenöl	0,05	0,05
125 ml	Gemüsebrühe	0,015	0,034
125 g	Dosentomaten, stückig (oder frisch)	0,47	0,43
	Salz, Pfeffer, Vanille, Kreuzkümmel	0,02	0,01
25 g	Joghurt	0,04	0,03

- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Preisgestaltung in Kita und Schule

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Die eigene Preisgestaltung

Wareneinsatz

Tomaten-Möhrensuppe mit Joghurt

Bio	Konv.
0,67	0,61

Differenz:

109 %

zu

100 %

- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Preisgestaltung in Kita und Schule

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Die eigene Preisgestaltung

Kennzahlen	GV	Deli / Cafe	Restaurant
Umsatz (netto)	100	100	100
Warenkosten	30	25	25
Personalkosten	25	26	30
Energie	5	3	5
Gebühren	2	2	2
Sonstige Kosten	10	10	10
Mieten / Pacht	8	8	10
Anlage Kosten	6	6	6

- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Preisgestaltung in Kita und Schule

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Die eigene Preisgestaltung

Wareneinsatz

Personalkosten

- Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln.
- Möhre waschen, schälen und in Würfel schneiden.
- Olivenöl in einem Topf erhitzen
- Zwiebel, Knoblauch und Möhre darin glasig dünsten.
- Mit der Gemüsebrühe und den Tomaten aufgießen.
- Mit Gewürzen abschmecken.
- Bei kleiner Hitze ca. 30 Minuten garen.
- Die Suppe pürieren und evtl. nochmals abschmecken.
- Zum Servieren einen Löffel Joghurt obendrauf geben.

- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Preisgestaltung in Kita und Schule

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Die eigene Preisgestaltung

Wareneinsatz

Personalkosten

Gemeinkosten

- Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln.
- Möhre waschen, schälen und in Würfel schneiden.
- Olivenöl in einem Topf erhitzen
- Zwiebel, Knoblauch und Möhre darin glasig dünsten.
- Mit der Gemüsebrühe und den Tomaten aufgießen.
- Mit Gewürzen abschmecken.
- Bei kleiner Hitze ca. 30 Minuten garen.
- Die Suppe pürieren und evtl. nochmals abschmecken.
- Zum Servieren einen Löffel Joghurt obendrauf geben.

- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Preisgestaltung in Kita und Schule

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Die eigene Preisgestaltung

Wareneinsatz

Personalkosten

Gemeinkosten

- Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln.
- Möhre waschen, schälen und in Würfel schneiden.
- Olivenöl in einem Topf erhitzen
- Zwiebel, Knoblauch und Möhre darin glasig dünsten.
- Mit der Gemüsebrühe und den Tomaten aufgießen.
- Mit Gewürzen abschmecken.
- Bei kleiner Hitze ca. 30 Minuten garen.
- Die Suppe pürieren und evtl. nochmals abschmecken.
- Zum Servieren einen Löffel Joghurt obendrauf geben.

- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Preisgestaltung in Kita und Schule

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Die eigene Preisgestaltung – Kontrolle (Lenken)

Wareneinsatz

Personalkosten

Gemeinkosten

Netto Preis

MWSt.

Bruttoverkaufspreis



- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Preisgestaltung in Kita und Schule

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Effizienter Geräte Einsatz

Küchentechnik

1. Auf das Angebot abgestimmt
2. Energieeffizient
3. Leicht zu reinigen
4. Betriebswirtschaftliche Abnutzung
5. Fachgerechte Handhabung
6. 70% der Kosten in der Gastronomie verursacht Strom
7. Energieeffizienzklassen für Kühlgeräte: A – G

- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

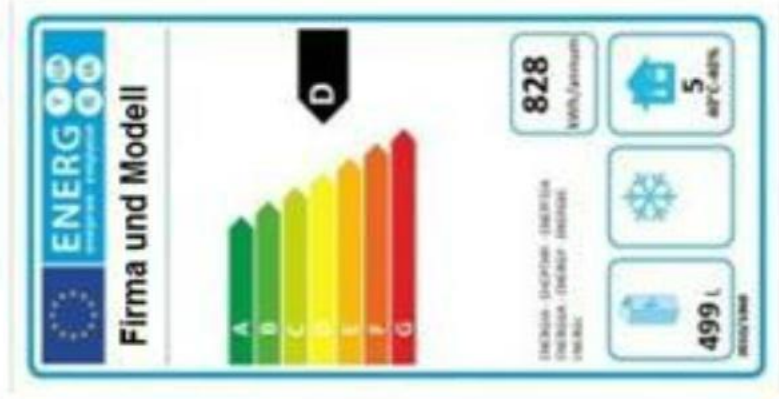
Preisgestaltung in Kita und Schule

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Effizienter Geräte Einsatz



Modell : XY

Energieklasse : D

828 kWh/annum x 20,75c = 17.181c = 171,81€

499 L Fassungsvermögen

Prüfklima 5 : bei einer Außentemperatur v. 40°C u. relativer Luftfeuchte von 40%

Nützliche Hilfe : www.stromverbrauchinfo.de

- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Preisgestaltung in Kita und Schule

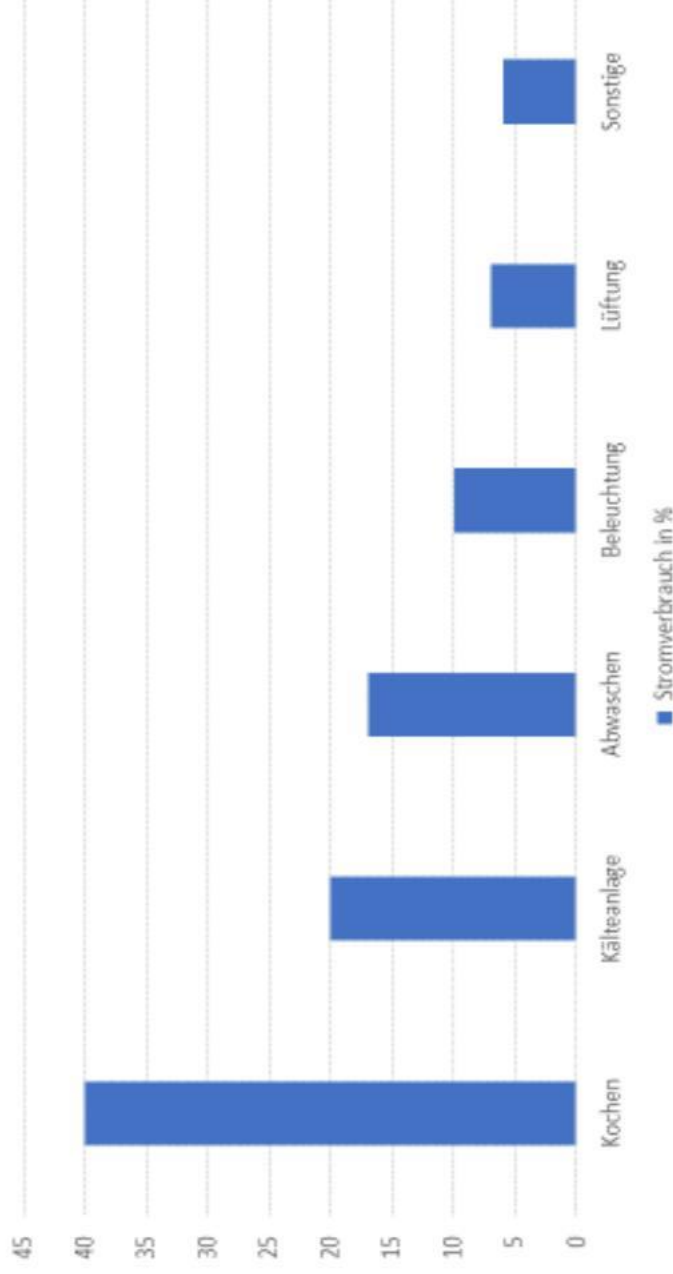
Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Effizienter Geräte Einsatz

Verteilung des Stromverbrauchs im Gastgewerbe in %



Quelle : Stadtwerke Halle

- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Preisgestaltung in Kita und Schule

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Effizienter Geräte Einsatz

Maßnahme	Einsparpotenzial
Bain Marie abdecken	10%
Warmwasser Befüllung d. Bain Marie	29%
Spülmaschine n. Bedarf einschalten	4%

Quelle : Philipp PilsI - Universität Stuttgart

- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Preisgestaltung in Kita und Schule

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Effizienter Geräte Einsatz

Nährstoffschonende und nachhaltige Garverfahren, die ganz gezielt und bewusst durchgeführt werden sparen Geld ein!

- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

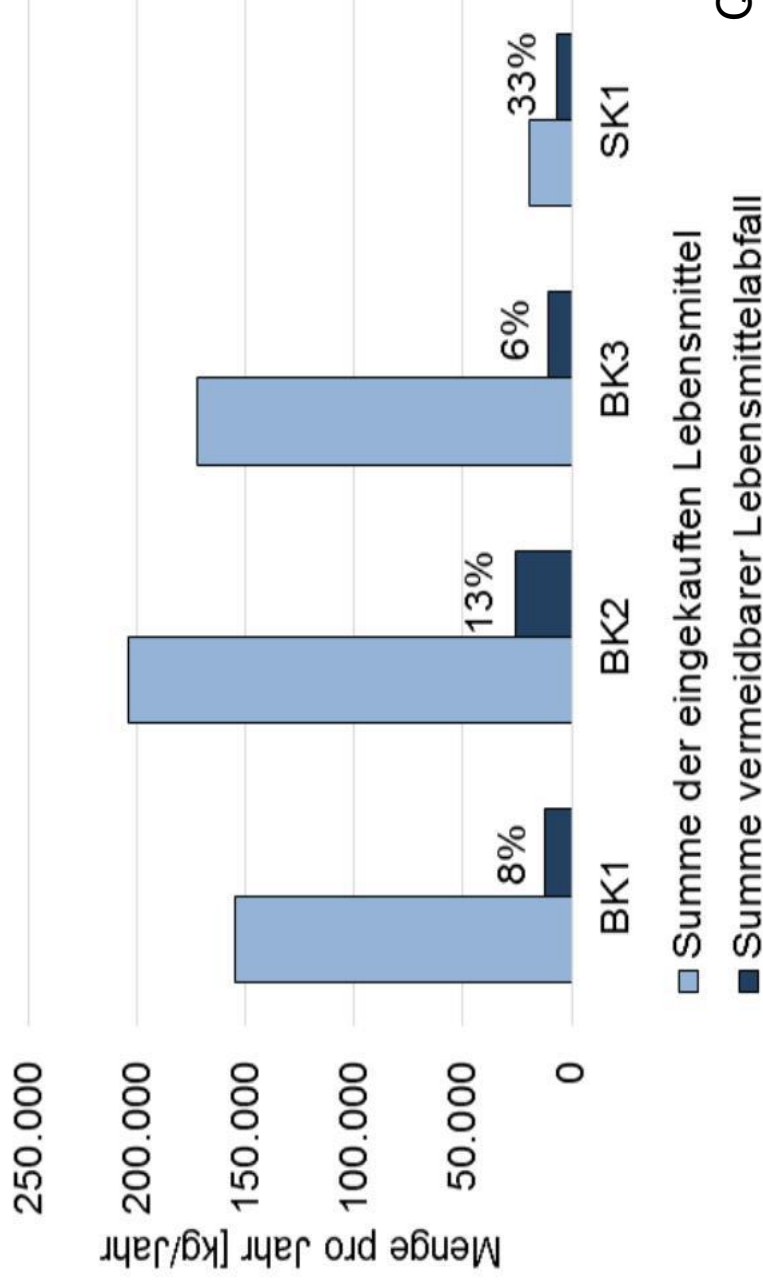
Preisgestaltung in Kita und Schule

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Müllvermeidung



Quelle : Philipp Pils - Universität Stuttgart

- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Preisgestaltung in Kita und Schule

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Müllvermeidung

Plan zur Müllvermeidung

- Lebensmittelmüll-Mengen dokumentieren
- Klassifizieren des Lebensmittelmülls
- Welche Speisen Erzeugen wieviel Lebensmittelmüll?
- Was sind die Ursachen?
- Vermeidbar / Nicht Vermeidbar?
- Lösungsvorschläge ausarbeiten...

Preisgestaltung in Kita und Schule

Vielen

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Dank

www.stefanbrandel.de

info@stefanbrandel.de

0176 819 843 08

- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Handout II zur 3. Fachtagung im StErn Kita Projekt



Vegetarische Speisenangebote

Mit fachlicher und finanzieller Unterstützung von:



Vegetarische Speisenangebote

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

www.stefanbrandel.de

info@stefanbrandel.de

0176 819 843 08

- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Vegetarische Speisenangebote

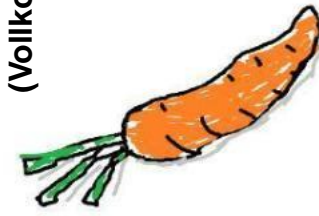
Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Der vegetarische Teller

Getreide, Getreideprodukte
(Vollkorn)

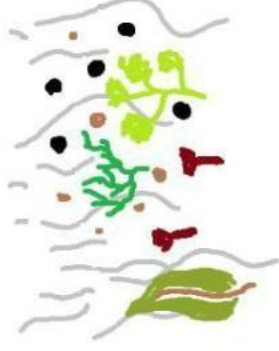


Nüsse, Samen,

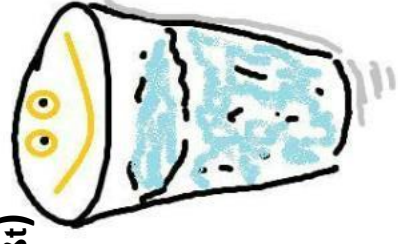
Keimlinge



Kräuter, Gewürze



Getränke
(ungesüßt)



Algen



Öle, Fette



Obst, Gemüse,
Hülsenfrüchte



Salate, Frischkost



+ Milch und Milchprodukte, Ei

- www.stefanbrandel.de -

info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Vegetarische Speisenangebote

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Hülsenfrüchte:
Streufrucht der
Hülsenfrüchtler
oder Leguminosen

Küche:
Luftgetrocknete
Samen



Bild: pixabay.com

- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Vegetarische Speisenangebote

Stefan Brandel



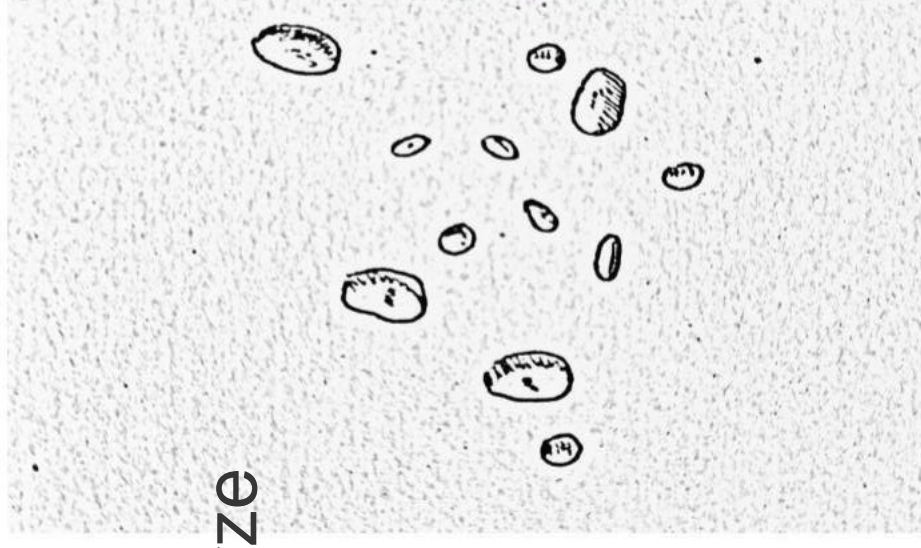
Küchenmeister & Ernährungsberater

Limsen: rote Limsen, Beluga Limsen, Teller Limsen

Bohnen: Weiße Bohnen, Kidney Bohnen, Schwarze Bohnen, Sojabohnen

Erbsen: Grüne Erbsen, gelbe Schäl'erbsen, Kichererbsen, Erdnuss (engl. Peanut)

Lupine: Süßlupine



- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Vegetarische Speisenangebote

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Vorteile:

- Kosten sparend
- Gut lagerbar
- Vielfältig
- HACCP
- Nahrhaft



- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Vegetarische Speisenangebote

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Eigenschaften:

Fettarm

Ballaststoffreich

Kohlenhydratreich

Eiweißreich (20 – 33,7%)

Vitamine und Mineralstoffe

Darum gute Fleischalternativen

Vegetarische Speisenangebote

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Vielfalt und Kombinationen

Mais – Bohnen
Linsen – Kartoffeln
Bohnen – Vollkornreis
Linsen – Vollkornpasta

▮ Hülsenfrüchte und
Vollkorn und -produkte

- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Vegetarische Speisenangebote

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Vielfalt und Kombinationen

Chilli sin Carne

Ofenkartoffel mit Linsencurry gefüllt

„Moros y Christianos“ – Vollkornreis und schwarze Bohnen
Vollkornspaghetti mit Linsenbolognese



- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Die ovo-lacto-vegetarische-Menülinie (DGE)

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

“Ein Menüangebot gestalten, das gesundheitsfördernd ist und den Essensteilnehmern ermöglicht, sich ausgewogen zu ernähren.“

www.dge.de



- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Die ovo-lacto-vegetarische-Menülinie (DGE)

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Häufigkeiten für die Mittagsmahlzeiten in einer Woche (5-Tage)

täglich Getreide, Getreideprodukte oder Kartoffeln;
davon mind. 1 x Vollkornprodukte und max. 1 x Kartoffelerzeugnisse



- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Die ovo-lacto-vegetarische-Menülinie (DGE)

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Häufigkeiten für die Mittagsmahlzeiten in einer Woche (5-Tage)

täglich Gemüse,
davon mind. 2 x Rohkost oder Salat, mind. 2 x Hülsenfrüchte



- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Die ovo-lacto-vegetarische-Menülinie (DGE)

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Häufigkeiten für die Mittagsmahlzeiten in einer Woche (5-Tage)

mind. 2 x Obst, mind. 1 x Nüsse



- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Die ovo-lacto-vegetarische-Menülinie (DGE)

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Häufigkeiten für die Mittagsmahlzeiten in einer Woche (5-Tage)

mind. 2 x Milch oder Milchprodukte, ca. 1 Ei



- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Die ovo-lacto-vegetarische-Menülinie (DGE)

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Häufigkeiten für die Mittagsmahlzeiten in einer Woche (5-Tage)

Rapsöl ist Standard Öl



- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Die ovo-lacto-vegetarische-Menülinie (DGE)

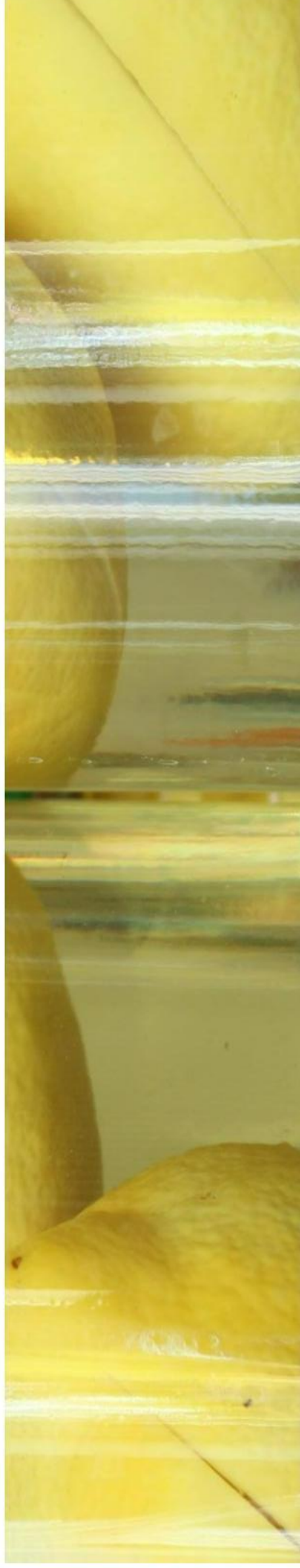
Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Häufigkeiten für die Mittagsmahlzeiten in einer Woche (5-Tage)

Getränke 5X



- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Die ovo-lacto-vegetarische-Menülinie (DGE)

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Fazit

- 2 Tage vegetarisch**
- 3 Tage vegan**
möglich



- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

Vegetarische Speisenangebote

Vielen

Stefan Brandel



Küchenmeister & Ernährungsberater

Dank

www.stefanbrandel.de

info@stefanbrandel.de

0176 819 843 08

- www.stefanbrandel.de -
info@stefanbrandel.de - 0176 819 843 08

*Ein Projekt des Ernährungsrates für Köln
und Umgebung e.V.*



Ernährungsrat
Köln und Umgebung

Mit finanzieller und fachlicher Unterstützung durch:



**STIFTUNG UMWELT
UND ENTWICKLUNG
NORDRHEIN-WESTFALEN**



Deutsche
Bundesstiftung Umwelt