

*Pressemitteilung
Dortmund, 20. September 2013*

Kinderernährung mit optiMIX: warm und kalt erfolgreich

Die geringe Akzeptanz „gesunder“ Mahlzeiten gilt als eines der häufigsten Probleme in der Gemeinschaftsverpflegung von Kitas und Schulen. Vor allem weiterführende Schulen klagen einer aktuellen Erhebung in NRW zufolge über Akzeptanzprobleme bei der Schulverpflegung: Mit 52 % der befragten Schulen sind es doppelt so viele wie bei den Grundschulen mit 26 %.

Das Forschungsinstitut für Kinderernährung (FKE) verfolgt vor diesem Hintergrund einen neuen Ansatz: Die Wissenschaftler um Prof. Kersting untersuchen, wie auch kalte Mahlzeiten in Schulcafeteria oder Kiosk so zusammengestellt werden können, dass sie den Empfehlungen der Optimalen Mischkost (optiMIX)* entsprechen. Solche Angebote sind vor allem für weiterführende Schulen interessant, die kein warmes Essen anbieten. Damit sprechen sie besonders Jugendliche an, die häufig die Teilnahme an der Schulverpflegung ablehnen und sich stattdessen am Kiosk oder beim Bäcker mit Snacks versorgen.

In früheren Studien des FKE hatte sich gezeigt, dass bereits kleine Änderungen im Rezept beliebte warme Speisen optiMIX-tauglich machen, ohne dass der Genuss beeinträchtigt wird. Das Erfolgskonzept dahinter: Die Rezeptänderungen werden in kleinen Schritten eingeführt, um die Akzeptanz zu erhöhen. Zudem können die Köche prinzipiell an ihrem Rezeptrepertoire festhalten und die optiMIX Rezepte nach und nach einführen.

Zukünftig könnte sich dieser Erfolg auch bei kalten Speisen wiederholen. Mit diesem Ansatz zeigt das FKE erneut die große Praxisnähe seiner anwendungsorientierten Forschung, indem es Kinder und Jugendliche in ihrer Lebenswirklichkeit abholt.

Hintergrundinformationen:

***Was ist optiMIX?**

Die Optimierte Mischkost (optiMIX) ist ein Konzept für eine gesunde Ernährung von Kindern und Jugendlichen, das am FKE entwickelt wurde und regelmäßig an neue wissenschaftliche Erkenntnisse angepasst wird. Grundlage ist ein 7Tage-Speiseplan mit 5 Mahlzeiten am Tag. Bei der Entwicklung wurden die Ernährungsgewohnheiten in Deutschland berücksichtigt. optiMIX liefert nicht nur praxisnahe Referenzwerte für Lebensmittel und Nährstoffe für die warme Mahlzeit, sondern auch für kalte Hauptmahlzeiten, wie Brot- oder Müsli-Mahlzeiten zum Frühstück oder Abendessen, oder als Alternative zum warmen Mittagessen.

Wie arbeiten Essensanbieter und FKE zusammen?

Das FKE bietet Essensanbietern die Möglichkeit, Rezepte ihrer Verpflegungsangebote für Kindertagesstätten und Schulen vom Institut prüfen zu lassen. Dabei vergleicht das FKE das eingereichte Rezept mit den Referenzwerten für die entsprechende Mahlzeit von optiMIX. Geprüft werden die Zutaten des Rezeptes und die resultierenden Gehalte an 25 Nährstoffen.

Was ist das optiMIX-Siegel?

Das Siegel optiMIX kennzeichnet Mahlzeiten, die den Vorgaben von optiMIX entsprechen, egal ob warme oder kalte Hauptmahlzeiten oder Zwischenmahlzeiten, und egal ob in Kita, Schule oder für zu Hause. Erfüllt das beim FKE eingereichte Rezept die Vorgaben, wird es mit dem Siegel optiMIX ausgezeichnet. Bei Abweichungen im ersten Prüfprozess erhält die Küche Vorschläge für die Optimierung. In der zweiten Runde geht die Prüfung in der Regel erfolgreich aus und das Rezept erhält die optiMIX Auszeichnung.

Wie erfolgreich ist das optiMIX-Siegel?

Das Verfahren des FKE bewährt sich in der Praxis: Bisher haben alle Essensanbieter, mit denen das FKE zusammenarbeitet, den Lizenzzeitraum des optiMIX Siegels für ihre warmen Mahlzeiten verlängert.

optiMIX Menüs sind auch bei Kindern beliebt. In einer aktuellen Auswertung der Menüanfrage eines großen Verpflegungsunternehmens kamen 2 vom FKE geprüfte Menüs in die Spitzenplätze der 10 beliebtesten Gerichte, die Kartoffelsuppe und die Linsensuppe. Serviert mit einem Vollkornbrötchen ergeben sie eine ausgewogene Mittagsverpflegung.

Forschungsinstitut für Kinderernährung (FKE)

Das FKE e.V. untersucht mit seiner Anwendungsforschung aktuelle Fragestellungen zu Kinderernährung und Prävention. Die Ernährungskonzepte des FKE sind Standard der Ernährungsaufklärung in Deutschland. Die flankierende Projektforschung dient der Evidenzbasierung der präventiven Empfehlungen.

Die FKE GmbH macht die Ergebnisse der Forschungsarbeiten mit einem multimodalen Transfer nutzbar für Fachleute, die Ernährungswirtschaft und die Bevölkerung.

Das FKE ist Referenzinstitut für Kinderernährung in Deutschland. www.fke-do.de

Kontakt:

Prof. Dr. Mathilde Kersting
Forschungsinstitut für Kinderernährung
Heinstück 11
D-44225 Dortmund
Tel +49 231 79221018
www.fke-do.de
www.optimix-siegel.de