



Essen und Trinken: Bringt eure Wünsche ein

Ob Schul-Mensa, Kiosk oder Brötchenverkauf – lecker soll's sein und gesund. Gemeinsam Essen verbindet: Gemütlich zusammen sitzen, essen und trinken, sich zwanglos austauschen können.

Ihr möchtet, dass es allen schmeckt? Dann redet mit und mischt euch ein. Auch, wenn's darum geht, wie und wo gegessen wird. Dies selbstbestimmt gestalten zu können, ist ein Teil von mehr Lebensqualität in der Schule.

Gründet eine Ess AG und bringt eure Wünsche ein. Benutzt diese Checkliste als Leitfaden. Sie zeigt, wie's geht: Zum Beispiel wie ihr euch selbst organisiert oder eine Umfrage durchführt. Geht Schritt für Schritt durch und hakt ab, was erledigt ist. – So könnt ihr von den Erfahrungen anderer profitieren, die schon so ein Projekt gemacht haben.

Versucht ein paar Lehrer und Eltern zu gewinnen, die euch unterstützen. Auch Leute aus Küche oder Kiosk. Nutzt dazu die Musterbriefe (einfach runterladen).

Trefft euch regelmäßig mit der Ess AG und nehmt gemeinsam unter die Lupe:

- Was gibt's zu essen und zu trinken?
- Wie läuft's in der Schul-Mensa, was bietet der Schul-Kiosk?
- Überlegt, was sich ändern soll.

Natürlich ist es das Beste, wenn ihr eure Mitschüler aus allen Klassen beteiligt. Führt eine Umfrage durch. Dazu gibt's eine extra Checkliste. Die Muster-Fragebögen könnt ihr euch runterladen und nach euren Wünschen anpassen.

Vielleicht wollt ihr eine tägliche Menü-Hitliste aushängen? Dann nutzt den genial einfachen Vorschlag, den wir von der „Modernen Schule“ Hamburg haben.

Also, los geht's! Und wenn es Fragen gibt, meldet euch jederzeit gern unter 040 / 609 409 99 oder per Mail bei kontakt@das-macht-schule.net.

Viel Erfolg, euer Team
von Das macht Schule

PS
Machen statt mäkeln. Zeigt was in euch steckt.



Gründung



So geht's los

In einigen Schulen wird selbst gekocht, andere werden beliefert. Manche haben „nur“ einen Kiosk oder Brötchenverkauf. Aber eines ist bei allen gleich: Es soll euch schmecken und ihr sollt euch wohlfühlen in eurer Essens-Pause.

Das wollen auch die Eltern. Und auch Lehrer, die dort essen. Dazu soll es gesund sein, nicht viel kosten und: In einer Schul-Mensa kommen oft die Geschmäcker vieler Länder zusammen. Das alles will unter einen Hut gebracht werden. Dafür ist es das Beste, wenn sich Vertreter aller Gruppen regelmäßig treffen. Vielleicht erstmal alle 4 Wochen und später dann einmal im Vierteljahr.

Schritt 1: Gründet eure „Ess AG“

- ☐ Bildet ein Team aus 3 bis 5 Schülern, auf die man sich verlassen kann.
- ☐ Bittet einen Lehrer, der euch unterstützt.
- ☐ Bereitet einen Aushang vor (benutzt die Vorlage zum runterladen).
- ☐ Geht dann damit gemeinsam zum Schulleiter. Fragt, ob er einverstanden ist.

Schritt 2: Wen wollen wir dabei haben

Überlegt, wer dabei sein sollte und macht eine Namensliste.

- ☐ Das Schüler-Team _____
- ☐ Ein oder mehrere Lehrer / Sozialpädagoge _____
- ☐ Einige Eltern* _____
- ☐ Ein Vertreter aus der Küche _____
- ☐ Ein Vertreter der Lieferfirma _____
- ☐ Der Kiosk-Betreiber _____
- ☐ Eventuell auch der Hausmeister _____

* mit verschiedenem kulturellen Hintergrund. Denkt daran: Ihr bekommt auch Absagen.
Sprecht deshalb genügend Leute an, aber macht das Team auch nicht unnötig groß.

Schritt 3: Mitmacher einladen

- ☐ Legt einen Termin für das erste Treffen fest.
- ☐ Verwendet den Musterbrief „Einladung“ (zum Runterladen).
Passt ihn bei Bedarf euren Wünschen an, setzt das Datum ein usw.
- ☐ Hängt den vorbereiteten Aushang am schwarzen Brett auf.
- ☐ Verbreitet eure Idee auch über die Schülerzeitung und Schul-Homepage.
Vielleicht hilft euch euer Kunstlehrer eine Info zu gestalten. Verteilt diese an Klassensprecher und Lehrer. – Bei wem können sich Interessierte melden?

IST-Analyse – 1



Kurze Bestandsaufnahme

Schreibt in eurem ersten Treffen auf, wie das Essens-Angebot bisher organisiert ist. Nutzt dafür diese Checkliste. Das ist die Grundlage für eure weitere Arbeit. Überlegt dann im nächsten Schritt, was sich ändern soll und plant, wie ihr das erreichen könnt.

An unserer Schule gibt es

- | | | | |
|--|-----------|-----------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Schul-Mensa | Salatbar: | <input type="checkbox"/> ja | <input type="checkbox"/> nein |
| <input type="checkbox"/> Schul-Kiosk | Angebot: | <input type="checkbox"/> nur kalt | <input type="checkbox"/> auch warm |
| <input type="checkbox"/> Brötchen-Verkauf (selbst organisiert) | | | |
| <input type="checkbox"/> Schul-Bäcker (kommt in der Pause) | | | |
| <input type="checkbox"/> Anderes Angebot: _____ | | | |
| <input type="checkbox"/> Getränke: _____ | | | |

Dafür verantwortlich ist

Ansprechpartner

- | | |
|--|-------|
| <input type="checkbox"/> Catering-Firma: _____ | _____ |
| <input type="checkbox"/> Küchen-Team der Schule | _____ |
| <input type="checkbox"/> Eltern | _____ |
| <input type="checkbox"/> Mensaverein | _____ |
| <input type="checkbox"/> Andere bzw. wo wird eingekauft: _____ | _____ |

Welches System wird eingesetzt

- ☐ Auswahl am Büfett
- ☐ Essenausgabe
- ☐ Es wird am Tisch serviert
- ☐ Frisch gekocht
- ☐ Warm angeliefert
- ☐ Gekühlt geliefert, in der Schule erwärmt (Cook & Chill)
- ☐ Tiefgekühlt geliefert, in der Schule fertig gegart (Cook & Freeze)
- ☐ Es gibt nichts Warmes

Art der Menüauswahl

- ☐ Der Menüplan der Lieferfirma bietet täglich mehrere Gerichte
- ☐ Die Auswahl erfolgt durch wen _____
- ☐ Pro Mittagessen: _____ EUR (gibt es einen Zuschuss? Höhe? Für wen?)

IST-Analyse – 2



Erste Einschätzung

Verschafft euch einen ersten groben Überblick und hakt ab, was bei euch zutrifft.
Wo ihr keinen Haken setzen könnt, prüft, ob dort vielleicht Handlungsbedarf besteht.

Das Essen

- ☐ sieht lecker aus
- ☐ schmeckt gut
- ☐ ist gut gewürzt
- ☐ ist altersgerecht abgestimmt (den Kleinen schmeckt anderes als den Großen)
- ☐ ist altersgerecht portioniert (kleinere und größere Portionen)
- ☐ berücksichtigt kulturelle Vorlieben aller Esser
- ☐ bietet immer auch eine vegetarische Alternative
- ☐ ist preiswert

Die Menüauswahl erfolgt

- ☐ mittags spontan
- ☐ wöchentlich im Voraus und das ist okay für uns
- ☐ am Büffet (bzw. seine Mahlzeit selbst zusammenstellen)
- ☐ an der Salatbar
- ☐ es gibt täglich mehrere Gerichte zur Auswahl
- ☐ es gibt Getränke (Auswahlmöglichkeit?) ☐ nicht nur mittags

Bei uns läuft das so

- ☐ Viele Schüler essen mit ☐ fast alle ca. _____%
- ☐ Die Schüler essen in der Regel eher in der Mensa statt mitgebrachtes Brot zu essen oder zum Imbiss oder Supermarkt zu gehen
- ☐ Viele Lehrer essen mit ☐ fast alle ca. _____%
- ☐ Die Klassen essen regelmäßig mit ihrem Lehrer zusammen (als „Ritual“)
- ☐ Wir nutzen das Essen zum sozialen Lernen (wie man isst, Tisch deckt usw.)
- ☐ Schüler können auf das Angebot Einfluss nehmen (Mitsprachemöglichkeit)
- ☐ Auf Elternabenden wird das Mensa-Angebot regelmäßig besprochen
- ☐ Es gibt ein System für Essenskritik und Lob
- ☐ Lehrer, Schüler, Eltern sind mit Caterer / Küche regelmäßig im Gespräch
- ☐ Schüler sind beteiligt (z.B. in der Küche, Werbung für Gerichte, beim Servieren)
- ☐ Ernährungsbildung ist Teil des Lehrplans an unserer Schule
- ☐ Caterer / Küche übernehmen auch die Versorgung bei Schulfesten

Organisation – 1



Ziele festlegen

Die IST-Analyse hat euch einen ersten Überblick gegeben. Nun geht's darum, welche Regeln ihr euch als „Ess AG“ eurer Schule gebt und wie ihr eure Mitsprachemöglichkeit ausbauen könnt. Eure Arbeit ist sehr wichtig und kann große Auswirkungen auf das künftige Schulleben haben.

Sprecht gemeinsam über folgende Punkte und haltet das Ergebnis kurz schriftlich fest. Wer kann das beim ersten Treffen freiwillig übernehmen?

- Legt Ziele und Aufgaben der „Ess AG“ fest,
- wann und wie oft ihr euch treffen wollt,
- wie ihr eure Treffen organisiert,
- mit wem ihr euch abstimmen müsst und
- wie ihr andere über eurer Arbeit informiert.

Ziele und Aufgaben

Verschafft euch einen Überblick im gemeinsamen Gespräch und klärt zunächst:

- Welche Aufgabe hat die Schulverpflegung an unserer Schule (sättigen, Gesundheit fördern, unbekannte Lebensmittel nahe bringen, soziales Verhalten stärken, Kommunikation fördern usw.)?
- Mitbestimmung ist wesentlich für die Akzeptanz von Schülern. In welchem Rahmen sollen Schüler mitgestalten können?
- Welche Rolle und Verantwortung sollen Schüler und Lehrer haben?
- Wie soll die Mensa die Begegnung der Schüler fördern, das soziale Miteinander und den Austausch untereinander?
- In wie weit ist eine Verknüpfung mit der Ernährungsbildung im Unterricht gewünscht?

Diskutiert die Punkte der IST-Analyse (1+2). Schaut, wo auf Blatt 2 keine Häkchen sind. Besprecht, ob ihr dort Handlungsbedarf seht. Schreibt diesen auf. Am besten in der Form: „Wie kann man erzielen, dass...“

- ☐ Wo gibt's Probleme? Was ließe sich besser machen? Wie sieht die ideale Lösung aus? Für wen wäre das ein Vorteil und weshalb?
- ☐ Legt fest, worauf ihr euch konzentrieren wollt.
- ☐ Formuliert daraus einzelne Aufgaben.
Was soll geschehen? Wer muss dazu etwas tun? Bis wann?
- ☐ In welcher Reihenfolge wollt ihr die Aufgaben erledigen?
Erst die großen und wichtigen oder erst die kleinen,
mit denen ihr schnell einen ersten Erfolg erzielen könnt?

Organisation – 2



Regelmäßig Treffen

Besprecht, wie ihr die regelmäßigen Treffen gestalten wollt:

Wann und wie oft wollt ihr euch treffen

- ☐ Vielleicht trifft ihr euch am Anfang häufiger. Zum Beispiel alle 4 Wochen, jeden ersten Dienstag im Monat um 16 Uhr. Je nach dem, was ihr euch vorgenommen habt, könnt ihr später vielleicht auf vierteljährlich umstellen.
- ☐ Macht eine Liste von allen Mitgliedern der „Ess AG“ (mit E-Mail und Telefon). Schickt ein paar Tage vorher eine E-Mail zur Erinnerung. (Wer macht das?)
- ☐ Wo könnt ihr euch treffen? (Wer stellt sicher, dass ihr rein könnt / Schlüssel?)

Wer leitet das Treffen

Der Leiter sagt am Anfang, was besprochen werden soll und achtet darauf beim „roten Faden“ zu bleiben. Wer nimmt Wortmeldungen entgegen, achtet auf die Zeit und hilft dem Protokollführer, das richtige aufzuschreiben?

- ☐ Wer übernimmt die Leitung der Treffen? _____

Wer führt Protokoll

Haltet kurz schriftlich fest, was gemeinsam vereinbart wurde.

Das Protokoll dient als Aufgabenliste und ist Grundlage für euer nächstes Treffen.

- ☐ Schreibt auf, welche Ziele ihr mit der „Ess AG“ erreichen wollt.
- ☐ Notiert welche Aufgaben sich ergeben und wer was bis wann erledigen soll.
- ☐ Wer übernimmt die Aufgabe des Protokollführers? _____

Mit wem muss sich die „Ess AG“ abgestimmen

Die „Ess AG“ kann zunächst einmal frei entscheiden, was sie gern ändern würde. Bevor es umgesetzt wird, muss es mit denen abgestimmt werden, die etwas damit zu tun haben. Zum Beispiel mit dem Küchen-Team, Hausmeister, Schulleiter, Elternrat usw. – Wenn ein Vertreter davon Mitglied der „Ess AG“ ist, umso besser.

- ☐ Prüft mit wem ihr eure Vorschläge abstimmen müsst.

Wie werden die Ergebnisse in der Schule kommuniziert

- ☐ Damit andere Schüler, Lehrer und Eltern verstehen was ihr macht, haltet sie auf dem Laufenden. – Nutzt dafür das schwarze Brett, die Schul-Homepage, eure Schüler-Zeitung, verteilt Handzettel, macht einen Aushang / Plakat in der Mensa oder verteilt eine Ranzenpost an alle Klassen. Wichtig: Gebt immer an, bei wem sich Interessierte bei Bedarf melden können.

Ergänzende Tipps

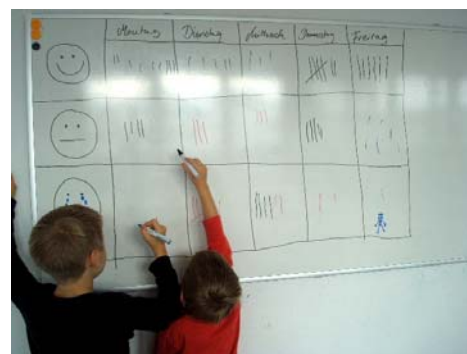


Einfach umsetzen...

Tipp 1 – Menü-Hitliste

Macht eine Menü-Hitliste mit den beliebtesten Essen wie die „Modernen Schule“ Hamburg: Dort hängt neben dem Speiseplan der Woche eine Tafel. In die Zeilen mit den Smilies kann jeder Schüler für jeden Tag seine Bewertung eintragen:

☹ mag ich nicht 😐 so lala 😊 super lecker



Tipp 2 – Mensa-Regeln

Damit sich alle in der Mensa wohl fühlen, könnt ihr euch selbst ein paar Regeln geben. Wichtig ist, dass alle dahinter stehen. Bezieht dazu die Klassensprecher und Lehrer ein. Hier ist ein Beispiel von Schülern der Ganztagschule St. Pauli aus Hamburg.

Tipp 3 – Schüler-Umfrage

Natürlich ist es das Beste, wenn ihr alle Klassen beteiligt. Führt am besten eine Umfrage durch. Eine Checkliste dafür und Muster-Fragebögen könnt ihr runterladen und nach euren Wünschen anpassen.

Tipp 4 – Schul-Workshop

Eine Umfrage oder ein Workshop mit einer größeren Anzahl Teilnehmer kann die Arbeit euer „Ess AG“ einleiten. Hier könnt ihr Ideen für die zukünftige Ausrichtung sammeln und gleichzeitig Interesse fürs Thema wecken. Leitfragen könnten sein: Welche Erwartungen haben wir an das Verpflegungsangebot? Was ist uns besonders wichtig? Was erwarten wir als Ernährungsbildung und wie kann das im Unterricht verankert werden?

Die Regeln für die Cafeteria

Liebe Mitschülerinnen! Liebe Mitschüler!

- Bitte stellt euch hintereinander an, wenn ihr was kaufen wollt.
- Nicht drängeln.
- Den Nachtisch bitte gleich mitnehmen.
- Wechselgeld bitte gleich mitnehmen.
- Danach gibt's keine Reklamationen.
- Nicht toben.
- Nicht mit Essen werfen.
- Eine Person darf nur für eine Person einkaufen.
- Es dürfen nur zwei Leute an der Kasse stehen.
- Nicht schreien.
- Bitte den Platz und Tisch aufräumen bevor ihr geht.
- Reste in den Reste-Eimer werfen.

Sprachform: Zur Vereinfachung benutzen wir nur die männliche Sprachform, statt Schülerinnen und Schüler, Lehrerinnen und Lehrer, Schulleiterinnen und Schulleiter, Hausmeisterinnen und Hausmeister. Natürlich sind immer beide gemeint.

Einverständnis: Wenn ihr Fotos oder Videos für einen Projektbericht an „Das macht Schule“ schickt, erklären sich alle Beteiligten mit der Veröffentlichung im Web und in anderen Medien einverstanden.

Haftungsausschluss: Aus verständlichen Gründen ist jede Haftung von „Das macht Schule“ oder den beteiligten Unternehmen ausgeschlossen.