

Bedarfsermittlung zur Speiseplangestaltung, Maße, Gewichte, Kalkulation

Bedarfsermittlung zur Speiseplangestaltung

Die Verpflegung im Katastrophenfall dient wesentlich der Gesunderhaltung der Betroffenen. Es muss damit gerechnet werden, dass die Betroffenen längere Zeit ohne Getränke und Nahrung auskommen mussten.

Gerade in diesen Situationen ist es notwendig, bei der Planung, Vorbereitung und Zubereitung der Verpflegung die Grundlagen einer vollwertigen Ernährung zu berücksichtigen.

Bedarfsermittlung zur Speiseplangestaltung

Formen der Verpflegung sind:

- Warm- und Kaltgetränke
- Warmverpflegung
- Kaltverpflegung
- Transportverpflegung

Bedarfsermittlung zur Speiseplangestaltung

Kostformen

Folgende Kostformen können zubereitet werden:

- Vollkost ist eine gemischte Kost, die alle Nähr- und Ergänzungsstoffe enthält und so der Normalkost eines Gesunden entspricht.
- alternative Kost
 - vegetarisch / vegan
 - religionsbedingte Ernährung

Bedarfsermittlung zur Speiseplangestaltung

Kostformen

- Schonkost ist eine Ernährungsform, die den Organismus (insbesondere die Verdauungsorgane) entlastet bzw. schont.
- Beispiele:
Kartoffelbrei, Reis, mageres Fleisch, Geflügel, Karotten, Spinat, Haferflocken / Milchspeisen in flüssiger Form.

Bedarfsermittlung zur Speiseplangestaltung

Zu meiden sind:

- fette Fleisch- und Wurstwaren
- gebackene und gebratene Speisen
- blähende und schwerverdauliches Gemüse
z.B. Hülsenfrüchte, Rot-, Weiß- u. Grünkohl, Wirsing, scharfe Gewürze

Bedarfsermittlung zur Speiseplangestaltung

Schonkost kann im Einzelfall, insbesondere im Katastrophenfall, nicht immer gesondert hergestellt werden. Dann ist auf eine für alle Betroffenen verträgliche Kost auszuweichen. Die Kost muss abwechslungsreich und schmackhaft, leicht verdaulich und in der Zusammensetzung vollwertig sein.

Bedarfsermittlung zur Speiseplangestaltung

Kinderkost:

Zwischen dem 9. und 12. Monat sollte auf normale Kost umgestellt werden.

Zu berücksichtigen ist:

- abwechslungsreiche Kost
- keine schwer verdaulichen oder schwer kaubaren Speisen
- möglichst kein/wenig Kochsalz verwenden, z.B. mit Kräutern würzen
- täglich Obst und Milch anbieten
- als Durstlöscher „Tee“

Das Kleinkind erhält 3 Hauptmahlzeiten und bis zu 2 Zwischenmahlzeiten.

Maße und Gewichte

Neben den handelsüblichen Messgeräten (Waagen, Messbecher) können im Bedarfsfall

- Löffel
- Tassen
- Eimer usw.

als Behelfsmittel verwendet werden.

Löffelmaße

Besonders häufig werden Löffelmaße für das Abmessen von Mehl, Zucker usw. verwendet. Das Gewicht der jeweils abgemessenen Menge ist abhängig von seiner Beschaffenheit.

Maße und Gewichte

1 Teelöffel = g

1 Esslöffel = g

	gestrichen	gehäuft	gestrichen	gehäuft
Mehl	3	8	10	25
Stärkemehl	3	8	10	25
Haferflocken			5-8	
Grieß	3-5		12-15	
Reis	5		15	25
Zucker	5	8-10	15	25
Butter	5	10	15	
Öl	5		15	

Maße und Gewichte

Da hier nicht alle möglichen, auch würzende Zutaten aufgezählt werden können, muss das Übertragen der Löffelmenge auf andere Nahrungsmittel dem Koch überlassen bleiben. So entspricht z.B. Salz dem Zucker, Muskat, gemahlener Pfeffer, Paprikapulver dem Mehl usw.

Tassenmaß

Zum Abmessen größerer Mengen empfiehlt sich eine Tasse.
Sie fasst $1/8$ Liter = 125 g

Maße und Gewichte

Eimer

Größen zwischen 5 bis 12 Liter. Eimer sind oft markiert, besser ist es, sie vorher auszumessen.

Litermaß als Behelfsmaß

1000 ml = 1000 g

als Richtwert, ohne Berücksichtigung des spezifischen Gewichtes.

Maße und Gewichte

Beim Verpflegungseinsatz muss damit gerechnet werden, dass auf Verpackungen und Behältnissen die Inhaltsangaben in ausländischen Maßen und verschiedenen Sprachen stehen.

In der Regel handelt es sich dabei um englische Bezeichnungen.

Kalkulation

Die richtige Speisenpreiskalkulation setzt einen Wissensstand bezüglich der gesamten Kostenstruktur und der sonstigen betriebswirtschaftlichen Rechengrößen voraus.

Hierzu gehören:

- Die Estandskosten
- evtl. die Mehrwertsteuer

Kalkulation

Einstandskosten

Diese Kosten sind im wesentlichen in drei Gruppen einteilbar:

1. Warenkosten / Rohstoffkosten

2. Allgemeine Küchenkosten:

- Personalkosten (Fahrtkosten, Einsatztagegeld, Verdienstausschluss)
- Energiekosten
- Reinigungskosten
- Wäschekosten

Kalkulation

Einstandskosten

3. Die Küchengemeinkosten enthalten:
 - Abschreibungen (Reparaturen, Ersatzbeschaffung)
 - Miete
 - sonstige Kosten

Die drei Kostenpositionen werden erfasst und in einer Statistik festgehalten. Diese kann für zukünftige Einsatzplanungen hinzugezogen werden.