

Kontrollregelwerk

STAND: DEZEMBER 2024

* unvollständige Aufzählung, wird laufend ergänzt

1a) Vollkprodukte / Vollkornanteil	für Bepunktung
* Suppe/Soße binden mit 25% VK	0,25
* Kuchen mit 25% VK	0,5
* Spätzle mit 25% VK	1
* Reis, Nudeln, Couscous, usw. Vollkorn	1
* Kaiserschmarren, Palatschinken, usw. 25% VK	1
* Flädle als Suppeneinlage mit 25% VK	0,5
* VK Suppennudeln	0,5
* VK Toast Crotouns	0,25
* Gerste (als VK)	1
* Haferflocken in Birchermüsli	1
* Grünkern	
* Dinkel als ganzes Korn bzw frisch geschrotet	

1b) Kartoffelerzeugnisse	für Bepunktung
Püree, Gratin, Kartoffelsalat, Rösti, usw.	
wenn selbstgemacht --> nein	
wenn gekauft --> ja	

2) Gemüse	für Bepunktung
* im Kuchen	0,5
* Tomatensauce	1
* gibt es an Süßspeisetagen eine Gemüsesuppe zählt diese als Gemüseportion	1
* Spinat in Spinatspätzle	0,5
* Kartoffel-Blattsalat --> nur wenn wirklich 50% Blattsalat	0,5

2b) Hülsenfrüchte	für Bepunktung
* Soße/Suppe mit HF Mehl binden	0,5
* Mischgemüse mit Hülsenfrüchte	1
* Risi-Pisi	0,5
* Chili con/sin Carne	1
* Mais-Bohnen Salat	1
* Chili sin Carne (mit HF)	1
* Linsen Dal	1
* veg. Gericht mit Linsen	1

3) Obst	für Bepunktung
* Stückobst (Apfel, Birne, Banane, usw.)	1
* Obstsalat (mit frischem Obst, selbst gemacht)	1
* Kompott	1
* Topfen, Joghurt, Pudding, Creme mit Frucht (selbst gemacht)	0,5
* Apfelmus frisch, selbstgemacht ohne Zucker	1
*Obstkuchen	0,5
* Obst im Salat	0,5
* Obst im Apfelstrudel, Marillenknödel (ganzer Frucht), usw.	1
* Obst in Fruchtcurry	max. 0,5

4) Milch & Milchprodukte	für Bepunktung
* in Suppe bzw. Soße	0,5
* Semmelknödel (mit Milch)	0,5
* Topfenknödel	1
* Parmesan/Reibekäse als Toppin	0,25
* Lasagne (Bechamel+überbacken)	1
* Überbackene Speisen	1
* Püree selbst gemacht	0,5
* Kässpätzle	1
* Tortellini mit Ricotta	1
* Polenta - <i>nur mit Milch 1 sonst 0,5</i>	0,5
* Nachtisch (Joghurt pur oder Topfen, Pudding)	1
* Nachtisch (Joghurt oder Topfen mit Frucht)	1
* Nachtisch (fertiges Fruchtjoghurt) - nicht zu oft da hoher Zuckergehalt!	1

5a) Fleischerzeugnisse inkl. Wurstwaren	für Bepunktung
* Beilage in Suppen	
z.B. Brätspätzle, Leberknödel usw.	0,5
* Hackfleisch wird seit dem Schuljahr 24/25 nicht mehr als Fleischerzeugnis gewertet	

9) Frittiertes	für Bepunktung
* Backerbsen	0,5
* Frühlingsrolle (wenn im Fett ausgebacken)	0,5

BIO	für Bepunktung
* Gemüse in Suppe	
Lauchcremesuppe --> Lauch 100% BIO	0,5
mit Bio-Rahm/Milch	1
Gemüsebrühe mit Gemüse 100% BIO selbstgemacht	0,5