

Qualitätsentwicklung in der Gemeinschaftsverpflegung in Senioreneinrichtungen

Die Mahlzeiten in Senioreneinrichtungen strukturieren den Alltag und zählen nicht selten für die Bewohner*innen zu den Höhepunkten des Tages. Denn gutes und genussvolles Essen stellt auch im Alter einen wichtigen Teil der Lebensqualität und damit auch ein wesentliches Qualitätsmerkmal für Senioreneinrichtungen dar.

Gesundheitliche Einschränkungen im Alter, wie Mangelernährung, Kau- und Schluckstörungen, Demenzerkrankungen, Diabetes mellitus oder Unverträglichkeiten, stellen die Mitarbeitenden in der Gemeinschaftsverpflegung häufig vor Herausforderungen. Hinzu kommen die individuellen Bedürfnisse und Vorlieben sowie (Ess-)Biografien oder religiöse Anforderungen, auf die bei der Verpflegung älterer Menschen eingegangen werden sollte. Die begrenzten finanziellen und personellen Rahmenbedingungen in stationären Einrichtungen erschweren die Qualitätsentwicklung der Gemeinschaftsverpflegung zusätzlich.

Wie kann es trotz der genannten Herausforderungen gelingen, die Qualität der Seniorenenverpflegung voranzutreiben? Wie



können erste Schritte aussehen und welche Aspekte sollten bei der Umsetzung beachtet werden?

Dieser Handlungsleitfaden soll Verpflegungsverantwortliche bei den ersten Schritten zur Umsetzung einer bedarfsgerechten, nachhaltigen, gesundheitsför-

derlichen und vor allem genussvollen Verpflegung unterstützen. Er richtet sich an alle an der Verpflegung Beteiligten - von der Einrichtungsleitung über die Pflege und Betreuung bis hin zur Küche.

Schnittstellenmanagement

Seniorenverpflegung ist nicht allein Aufgabe der Küche

Die Gemeinschaftsverpflegung in stationären Einrichtungen ist eine gemeinsame Aufgabe, an der verschiedene Bereiche und Berufsgruppen mit unterschiedlichen, sich teils überschneidenden Aufgabenbereichen beteiligt sind. Um die Qualität der Verpflegung voranzutreiben, ist es daher wichtig, die gesamte Prozesskette der Verpflegung, von der Speiseplanung bis zur Ausgabe am

Mittagstisch, in den Blick zu nehmen und nicht nur einzelne Bereiche isoliert zu optimieren. Denn jede (Verpflegungs-)Kette ist nur so stark wie ihr schwächstes Glied. Gerade in Zeiten mit personellen Herausforderungen kommt es auf eine gute Kommunikation und Organisationsstruktur im Team an sowie auf das Bewusstsein, gemeinsam in EINEM Haus miteinander zu arbeiten. Der Schlüssel für Qualitätsentwicklung in Senioreneinrichtungen ist daher ein gutes Schnittstellenmanagement.

Die Küche benötigt die Rückmeldungen aus den Wohnbereichen zu den Wünschen und Bedürfnissen der Bewohner*innen, insbesondere zu Kau- und Schluckbeschwerden oder Anzeichen einer Mangelernährung. Die Hauswirtschaft benötigt Hinweise der Präsenz- und Pflegekräfte zu notwendigen Hilfsmaterialien bei den Mahlzeiten. Und die Pflegekräfte sind bei der Gestaltung einer angenehmen Essatmosphäre auf die Unterstützung der Hauswirtschaft und der Präsenzkräfte angewiesen.

Aufgaben in der Gemeinschaftsverpflegung

Küche/Caterer

- » Bestellung von Lebensmitteln und Materialien
- » Kreative Zubereitung von Mahlzeiten
- » Planung eines abwechslungsreichen und ausgewogenen Speiseplans
- » Einhaltung von Hygienevorschriften
- » Kalkulation und Marktbeobachtung (Preise, Neuerungen)
- » Gestaltung von Kostformen für verschiedene Bedürfnisse

Pflege

- » Unterstützung bei der Nahrungsaufnahme
- » Beobachtung der Ernährungszustände und Ermitteln der Bedarfe
- » Dokumentation von Essgewohnheiten
- » Erfragung von Wünschen, Bedarfen und Erarbeitung der Essbiografie
- » Wissen zu Krankheitsbildern und Medikamentenbedarfen
- » Aktivierung zur Selbstständigkeit
- » Kommunikation mit den Angehörigen

Hauswirtschaft

- » Reinigung und Pflege der Essbereiche
- » Liebvolle Gestaltung der Essbereiche und -atmosphäre
- » Servieren der Mahlzeiten
- » Zubereitung kleiner Mahlzeiten
- » Unterstützung bei der Essensauswahl und -bestellung
- » Beobachtung Essverhalten (Vorlieben, Abneigungen, Portionsgrößen, Unverträglichkeiten)

Leitung/Qualitätsmanagement

- » Weiterentwicklung der Qualität des Verpflegungsangebotes
- » Erarbeitung von Verpflegungsleitlinien
- » Überblick über Ressourcen und Personal
- » Förderung der Personalentwicklung
- » Kommunikation mit den Angehörigen

Betreuung/Präsenzkraft

- » Begleitung der Bewohner*innen während der Mahlzeiten
- » Förderung einer angenehmen Essensatmosphäre
- » Organisation von speziellen Aktivitäten rund um das Thema Ernährung

Qualitätsentwicklung Schritt für Schritt

1

Gründen Sie einen Qualitätszirkel

Ein erster Schritt zu einer offenen Kommunikation und der Qualitätsentwicklung von Verpflegungsangeboten ist die Durchführung von Qualitätszirkeln. Damit sind regelmäßige Beratungen gemeint, an der Vertreter*innen aus den genannten Bereichen der Prozesskette sowie ggf. der externe Speisenanbieter beteiligt sind. Regelmäßig die Herausforderungen und Sichtweisen der anderen Berufsgruppen zu hören, kann bei allen Beteiligten nach und nach Verständnis füreinander schaffen und die Sichtweise ändern. In diesem Rahmen können Herausforderungen besprochen, Maßnahmen entwickelt und Lösungen gefunden werden.

Bestimmen Sie gemeinsam eine/n Hauptverantwortliche*n für die Qualitätszirkel. Diese Person ist verantwortlich für die Organisation der Veranstaltungen, das Festhalten der Ergebnisse, das Umverteilen von Informationen sowie die Überprüfung der festgelegten Maßnahmen und Schritte. Laden Sie Bewohnervertretungen zu einzelnen Qualitätszirkeln ein, um den Erfolg und die Akzeptanz der entwickelten Maßnahmen zu gewährleisten.

Informieren Sie alle Bewohner*innen und auch Angehörige über Aushänge, Social Media oder Informationsveranstaltungen zu den geplanten Vorhaben und Entwicklungen.

Tipp!

Eine digitale Dokumentation kann ein hilfreiches Werkzeug sein, um Kommunikationswege zu verkürzen und um sich schnell und einfach einen Überblick, zum Beispiel über die Wünsche und Bedarfe der Bewohner*innen, zu verschaffen.

6

Legen Sie erfolgreiche Maßnahmen als Standard fest

Ihre Maßnahmen haben zu Erfolg geführt? Super! Damit die neuen Maßnahmen auch nach einem Personalwechsel oder anderen Veränderungen in der Prozesskette weitergeführt werden können, ist es wichtig, diese zu verstetigen. Legen Sie Verpflegungsleitlinien fest oder verankern Sie die neuen Maßnahmen in ihrem Einrichtungskonzept. Informieren Sie alle Beteiligten über die neuen Standards und vergessen Sie nicht, den Erfolg zu feiern.

5

Überprüfen Sie regelmäßig den Erfolg der umgesetzten Maßnahmen

Überprüfen Sie die Maßnahmen nach einer festgelegten Zeit auf ihren Erfolg:

- Wurden die Ziele erreicht?
- Konnten die Maßnahmen so umgesetzt werden, wie sie geplant waren?
- Wie wurden die Maßnahmen akzeptiert bzw. angenommen?
- Haben sich personelle Veränderungen ergeben und müssen Aufgaben neu verteilt werden?
- Ist der Informationsfluss weiterhin vorhanden?

Sollten Sie auf Herausforderungen bei der Umsetzung gestoßen sein, können die Maßnahmen noch einmal angepasst bzw. neu formuliert werden. Die Checkliste der Deutschen Gesellschaft für Ernährung kann an dieser Stelle erneut ausgefüllt und die Ergebnisse auf ihren Erfolg überprüft werden.

Checkliste!





DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung mit „Essen auf Rädern“ und in Senioreneinrichtungen

www.in-form.de | www.fitimalter-dge.de

© DGE/Fit im Alter

2

Überprüfen Sie den Ist-Stand ihres Verpflegungsangebotes

Jede Veränderung sollte mit einer Ist-Stands-Analyse in der Einrichtung starten. Wo stehen Sie? Wo sind Ihre Stärken? Wo ist Optimierung notwendig?

Eine Orientierung hierbei kann der DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung mit „Essen auf Rädern“ und in Senioreneinrichtungen bieten. Er beschreibt Kriterien für eine optimale, gesundheitsfördernde und nachhaltige Verpflegung in Senioreneinrichtungen auf der Grundlage von aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen. Er zeigt auf, wie Sie diese Schritt für Schritt und im eigenen Tempo umsetzen können.

Anhand der Checkliste im hinteren Teil des DGE-Qualitätsstandards kann zu Beginn die eigene Verpflegungssituation analysiert und Potenziale zur Verbesserung aufgedeckt werden. Die Auswertung der Checkliste kann Ausgangspunkt für die Planung weiterer Maßnahmen und Entwicklungen sein. Auch die Gestaltung der Ess- und Raumatmosphäre, der Tischkultur, des Speiseplans sowie die Partizipation der Bewohner*innen können Kriterien zur Weiterentwicklung darstellen.

Hinweis!

Für eine Analyse Ihres Verpflegungsangebotes anhand des Speiseplanes, Unterstützung bei der Umsetzung des DGE-Qualitätsstandards sowie bei Informations- und Fortbildungsbedarfen steht Ihnen die Vernetzungsstelle für Seniorennährung beratend zur Seite: senioren@lvg-lsa.de.

3

Formulieren Sie ein leistbares Ziel und legen Sie erste gemeinsame Maßnahmen fest

Nach dem Ausfüllen der Checkliste und dem Speiseplan-Check wissen Sie jetzt, wo Sie stehen und in welchen Bereichen eine Optimierung nötig ist. Schauen Sie gemeinsam nach ersten leistungsfähigen Verbesserungsmöglichkeiten und legen Sie so kleinschrittig wie möglich Maßnahmen fest. Auf diese Weise werden Sie schnell Erfolge sehen, die zum Weitermachen motivieren. Benennen Sie Verantwortliche und eine zeitliche Frist für die Umsetzung. Wer macht was bis wann? Definieren Sie Ziele, Maßnahmen und Arbeitsaufträge immer klar, präzise und eindeutig.

4

Setzen Sie die geplanten Maßnahmen schrittweise um

Reichen Sie neue Gerichte als Probiergrößen oder als „Gruß aus der Küche“ an die Bewohner*innen. Bieten Sie beispielsweise Informationsnachmittage zum Thema „Gesunde Ernährung“ an oder verteilen Sie Informationsmaterialen, um die Bewohner*innen über den Hintergrund ihrer Veränderungen zu informieren.

Achten Sie darauf, dass die Veränderungen auch für die Bewohner*innen in kleinen Schritten erfolgt, damit diese sich an Veränderungen auf dem Speiseplan gewöhnen können. Optimieren Sie „Lieblingsgerichte“ der Heimgäste, anstatt diese durch neue Gerichte zu ersetzen. Haben Sie Geduld. Es braucht Zeit, sich an neue Speisen zu gewöhnen. Kommunizieren Sie Veränderungen im Speiseplan oder bei Prozessabläufen mit allen Beteiligten und informieren Sie auch die Bewohner*innen und deren Angehörige über Veränderungen. Nutzen Sie hierfür Dienstberatungen, Aushänge, Ihre Homepage oder Social-Media-Accounts sowie Informationsabende. Damit unterstützen Sie die Akzeptanz für weitere Veränderungen.

Anregungen für die Praxis

Küche

Über den Tellerrand

- Nehmen Sie regelmäßig an Besprechungen der Pflege- und Bereichsleitungen teil. So können Schnittstellen in der Verpflegungskette optimal in den Blick genommen werden.
- „Das Auge isst mit!“ - Richten Sie Speisen appetitlich und ansprechend an. Das gilt insbesondere für konsistenzangepasste Kost (pürierte Kost, Smooth Food).
- Verändern Sie die Portionsgrößen auf dem Teller: 50 % Gemüse und Hülsenfrüchte, 25 % Getreide und Kartoffeln, 25 % Fleisch und Eiweißkomponenten.

Speiseplanung

- Bieten Sie 1-2 mal in der Woche Fischgerichte an. Dabei sollte mindestens 1 mal fettreicher Fisch in zwei Wochen auf dem Speiseplan stehen.
- Servieren Sie zu jeder Mittagsmahlzeit einen Salat oder eine Gemüsesuppe als Vorspeise, wenn in der Hauptmahlzeit kein oder nicht ausreichend Gemüse geplant wurde.
- Reduzieren Sie den Fleisch- und Wurstanteil der Speisen schrittweise, durch z.B. kleinere Würstchen oder durch das Mischen von Fleisch mit pflanzlichen Alternativen.

- Testen Sie Fingerfood in Wohnbereichen mit demenziell erkrankten Bewohner*innen, um der häufig entstehenden Unruhe der Betroffenen in der Esstisch-Situation entgegenzuwirken.

Speisenzubereitung

- Optimieren Sie die „Klassiker“ oder Lieblingsspeisen der Bewohner*innen, z.B. durch Erhöhung des Gemüseanteils oder die Verwendung von Vollkornvarianten.
- Verwenden Sie häufiger Vollkornprodukte. Mischen Sie für den Anfang z.B. Vollkornnudeln mit klassischen Nudeln oder nutzen Sie anteilig Vollkornmehle für Kuchen- und Pizzateig.
- Nutzen Sie Rapsöl als Standard-Öl zum Braten. Für Bewohner*innen mit erhöhtem Energiebedarf eignen sich pflanzliche Öle, wie Lein-, Walnuss-, Soja- oder Olivenöl auch zum Anreichern von Speisen, wie Soßen oder Pürees.
- Nutzen Sie Nussmussorten zur Verfeinerung von Gerichten. Diese sind reich an gesunden Fetten und liefern neben wertvollen Omega-3-Fettsäuren auch Kalorien für Bewohner*innen mit einem Kaloriedefizit.
- Hülsenfrüchte sind pflanzliche Eiweißbombe. Herzhafte Waffeln aus rotem Linsen- oder Kichererbsenmehl können den Speiseplan erweitern.



Mitwirkung der Bewohner*innen

- Beziehen Sie Bewohner*innen in die Speiseplangestaltung mit ein. Fragen Sie nach alten Rezepten oder lassen Sie die Bewohner*innen in kleinen Kochgruppen bei der Zubereitung von Speisen aktiv teilhaben.
- Holen Sie sich das direkte Feedback und lernen Sie Ihre Tischgäste kennen. Besuchen Sie regelmäßig die Wohnbereiche oder nehmen Sie an der Essenausgabe teil. Durch den Austausch ermöglichen Sie die Partizipation der Bewohner*innen und sorgen gleichzeitig für eine höhere Zufriedenheit.
- Stellen Sie neue Gerichte als Probiergröße im Rahmen einer Verkostung oder als „Gruß aus der Küche“ vor.
- Würzen Sie vermehrt mit Kräutern und verringern Sie dadurch den Salzgehalt der Speisen.
- Kochen Sie nach standardisierten Rezepturen, um Lebensmittelverschwendungen zu vermeiden und passen Sie diese bei Bedarf an.



Foto by Pixabay / Sime Milic / 622321574



Foto by Lewilda

Wohnbereich: Pflege, Betreuung, Hauswirtschaft

- ▶ Stellen Sie Trinkwasserspenden im Wohnbereich auf und werten Sie diese durch die Zugabe von Beeren, Kräutern oder Zitrusfrüchten auf. Schöne Gläser und eine einladende Präsentation regen zusätzlich zum Trinken an.
- ▶ Kochen und backen Sie gemeinsam mit interessierten Bewohner*innen in den Wohnbereichen oder bereiten Sie gemeinsam die Vor- oder Nachspeisen zu.

- ▶ Schaffen Sie eine angenehme Essatmosphäre durch Dekoration der Tische und eine helle und freundliche Raumgestaltung. Beziehen Sie die Bewohner*innen in die Dekoration des Speiseraums mit ein.
- ▶ Beachten Sie die Essbiografien der Bewohner*innen und seien Sie flexibel im Hinblick auf besondere Wünsche und Situationen, wie z.B. Traditionen, religiöse Besonderheiten oder Essenszeiten.

- ▶ Nutzen Sie individuelle Ess- und Trinkhilfen, wie leichte Gläser und Seniorenbesteck, um die Selbstständigkeit der Bewohner*innen zu fördern.
- ▶ Kochen Sie den Kaffee frisch in den Wohnbereichen oder pressen Sie Saft frisch aus. Der Duft weckt Erinnerungen und fördert den Appetit.
- ▶ Stellen Sie ausreichend Obst und Gemüse als Fingerfood griff- und essbereit zur Verfügung. Aus Obst- und Gemüseresten können Sie einen leckeren Smoothie zubereiten.

Leitung/Qualitätsmanagement

- ▶ Nutzen Sie die Expertise einer Ernährungsfachkraft für eine bewohnerorientierte und gesundheitsförderliche Verpflegung.

- ▶ Bieten Sie den Mitarbeiter*innen aus allen Bereichen regelmäßig Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten, u.a. zu den Themenschwerpunkten Ernährung bei Kau- und Schluckbeschwerden, Demenz und Mangelernährung an.

- ▶ Planen Sie das Jahr gemeinsam mit allen Bereichen. Feste, Veranstaltungen, Geburtstage und Highlights können so optimal koordiniert werden.

Ansprechpartner*innen und Unterstützung finden Sie hier!

Vernetzungsstelle für Seniorennährung Sachsen-Anhalt
c/o Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V.
Schwiesastr. 11
39124 Magdeburg
Tel.: 0391 288683-0
E-Mail: senioren@lvg-lsa.de

Internet: www.lvg-lsa.de
Autorin: Nicole Hoppe

Auflage: 700
Erschienen: 2025

Gefördert durch:



#moderndenken

Über IN FORM: IN FORM ist Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung. Sie wurde 2008 vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) und vom Bundesministerium für Gesundheit (BMG) initiiert und ist seitdem bundesweit mit Projektpartnern in allen Lebensbereichen aktiv. Ziel ist, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Menschen dauerhaft zu verbessern. Weitere Informationen unter: www.in-form.de

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Die Vernetzungsstelle für Seniorennährung wird durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Gleichstellung des Landes Sachsen-Anhalt finanziert.