

## Spezialkurs für Profis in Kita-, Mensa-, Spital-, Heim- und Gemeinschaftsgastronomie

### Proteine – wertvoller denn je!

Wie viel dürfen Proteine kosten? Diese Frage stellen sich Verpflegungsverantwortliche mit grossem Kostendruck in unterschiedlichsten Betriebsarten zu Recht. Die Proteinzufuhr ist aber bei Betagten oder Jungen, bei vegetarisch oder vegan Ernährten vital. Wir als Ernährungsfachleute dürfen sie weder dem Zufall überlassen noch dem Spardruck opfern, denn Mangelercheinungen können fatale Folgen haben. Es braucht vernünftige, kostengünstige und realistische Proteinlieferanten, die wir täglich zuverlässig und einfach in unsere Rezepte einbauen können.

#### Unser Kurs

Wir erörtern den Eiweissbedarf Ihrer Gästegruppe und nehmen speziell die Zielgruppen Jugendliche, Vegetarier und Betagte unter die Lupe. Was ist die genaue Aufgabe der Proteine, wie unterscheiden sie sich? Wir definieren die Wertigkeit der 50 gebräuchlichsten Proteinlieferanten in Relation zum Einkaufspreis und stellen eine Hitparade aus «bekannt», «beliebt» und «günstig» auf.

Was mit Köpfchen gekocht ist, soll natürlich auch dort landen – und nicht im Abfall. Was machen wir also falsch, wenn halbvoll abgeräumte Teller zurückkommen? Sind unsere berechneten Portionen einfach zu gross oder schafft die Darreichungsform Probleme? Wir diskutieren die Knackpunkte in der Verpflegungsaufnahme, zeigen auf, wieviel unsere Bedarfsgruppe überhaupt essen kann und wie wir es schaffen, dass wertvolle Proteine mit Genuss vom Teller verschwinden.

In zwei praktischen Beispielen setzen wir das Gelernte um, reflektieren die Resultate und prüfen, ob's auch schmeckt.

**Dieses Weiterbildungsmodul eignet sich für Köche und Gastronomieverantwortliche in Alters- und Pflegeheimen oder Spitälern. Besonders aber auch für Leitungsverantwortliche und Pflegemitarbeitende von innovativen und lösungsorientierten Institutionen. Die Teilnahme wird mit einem Kursattest bestätigt (nicht-formale Weiterbildung).**

#### Referenten

Annemarie Meier Bosshard, dipl. Ernährungsberaterin HF, und das Forum Culinaire Team

#### Programm

Ab 8.45 Eintreffen, Erfrischung  
9.15 Begrüssung und Kursbeginn  
10.00 Theoretischer Teil 1  
11.10 Workshop zum Ausprobieren  
12.30 Wissenstransfer Teil 2  
13.00 Praktischer Teil  
Mittagessen  
15.30 Reflektion und Feedback  
Verabschiedung

Daten: siehe Anmeldeformular

Kosten: CHF 290.– pro Person (inkl. Kursdokumentation, Mittagessen und Getränke).

Zahlungsmodalitäten: Die Zahlung erfolgt gegen Rechnung bis 10 Tage vor Kursbeginn.

**Proteine – Bausteine der Gesundheit, die wir als Profis elegant und im richtigen Mass platzieren.**

