



Wir sind der vielseitige Menüservice für Kindertagesstätten und Schulen und bieten die clevere Lösung zur gesunden Verpflegung von kleinen und großen Kindern.

- Täglich mehrere Menüs zur Auswahl
- Auch für Kinder mit Lebensmittelunverträglichkeiten
- Täglich frisch gekocht
- Täglich frische Salate und hausgemachte Desserts
- Pünktlich und servierfertig geliefert

Rufen Sie uns an!

Wir beraten Sie gerne individuell und unverbindlich.

Testen Sie uns in Ihrer Einrichtung!

Guten Appetit wünscht Ihnen

Ihr Team von VKC Vollwertkost Catering

Gesunde Kost

Gesunde Kost schmeckt Kindern und Jugendlichen,

- wenn altersgerechte Mahlzeiten mit leckeren Salaten oder Gemüsesticks zum Dippen kombiniert werden
- wenn das Essen durch seine Vielfalt und Auswahl anspricht und
- wenn nach wie vor Pizza, Pfannkuchen, Burger (ohne „Ham“), Nudeln und auch süße Gerichte auf dem Mittagstisch stehen

Gesunde Mahlzeiten mit allen Nährstoffen stellen bei den „Kleinen“ während des Wachstums Weichen fürs spätere Leben und hält die „Größeren“ leistungsfähig und fit – sowohl für immer größere schulische Anforderungen, als auch für Sport und Freizeit.

Gesunde Ernährung

Gesunde Ernährung bleibt für uns nicht blanke Theorie noch gar dem Zufall überlassen.

Bei der Gestaltung unseres wöchentlich wechselnden Menüplanes orientieren wir uns

- an den Grundsätzen von OPTIMIX des Forschungsinstituts für Kinderernährung
- an den Qualitätsstandards des Bundesministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz
- an den Empfehlungen der sog. „Bremer Checkliste“ der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V.

Auf der Grundlage der D-A-CH Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr wurden Referenzwerte für die Mittagsmahlzeit von Kindern in unterschiedlichen Altersgruppen entwickelt, Empfehlungen für die Häufigkeit von Lebensmitteln und natürlich auch für die Speisenherstellung ausgegeben.

Im Wesentlichen ergeben sich daraus 3 Leitsätze:

- pflanzliche Lebensmittel und (ungesüßte) Getränke: reichlich
- tierische Lebensmittel: mäßig
- fett- und zuckerreiche Lebensmittel: sparsam

Vollwertige Ernährung

Vollwertige Ernährung für Kinder und Jugendliche

- bedeutet für uns keineswegs eine fleischlose Kost. Es muss aber nicht täglich Fleisch auf dem Teller liegen und es müssen auch nicht alle Fleischsorten sein. VKC verzichtet aus Überzeugung auf Schweinefleisch in jeder Form – auch in Komponenten (Speckwürfel, Brühen, Gelatine etc.).
Wir leben in einer zusammenwachsenden Welt, in der Rücksicht und Toleranz keine leeren Worte bleiben dürfen. Es fällt uns leicht zu tolerieren, dass der Genuss von Schweinefleisch vielen Kindern aufgrund unterschiedlichster Speisevorschriften untersagt ist. Die gemeinsame Mahlzeit in Schule oder Kindertagesstätte ist aber zentraler Bestandteil des Tagesablaufs, der unserer Auffassung nach von der Fleischsorte auf dem Teller nicht gestört werden sollte.
- bedeutet für uns, dass wir sämtliche Gerichte einschließlich aller kalten Komponenten (Dessert, Rohkost, Salat, Salatsoßen, Dips) taggleich frisch und möglichst schonend zubereiten, so natürlich wie möglich servieren und die Warmhaltezeit so kurz wie möglich halten. Selbstredend verwenden wir nur qualitativ hochwertige Zutaten (bis hin zu Öl und Gewürzen) und verzichten vollständig auf den Einsatz von Gelatine oder anderen Verdickungsmitteln, die tierische Bestandteile enthalten.
- bedeutet für uns, so weit wie möglich auf den Einsatz von bereits verarbeiteten Produkten zu verzichten. D. h. wir Gemüse zum Kochen zwar überwiegend tiefgekühlt (keine Konserven), aber kein verarbeitetes Produkt. D. h. wir kaufen gehackten Spinat, aber keinen Rahmspinat
- bedeutet für uns, dass Soja, Getreide, Hülsenfrüchte, Milchreis und sämtliche Vollkornprodukte (Reis, Nudeln, Brötchen) aus zertifiziertem kontrolliert-ökologischem Landbau stammen (Demeterverband) und regelmäßig in unterschiedlichen Formen angeboten werden. Insbesondere Soja und Getreide erweitern den Speiseplan - das Kennenlernen neuer Gerichte wird gefördert. Reis und Nudeln können natürlich stets auch als Vollkornprodukt gewählt werden. Wir verzichten auf den Einsatz von gentechnisch veränderten Produkten.
- bedeutet für uns, so viele **BIO**-Produkte wie möglich einzusetzen, allerdings nicht, wenn das Produkt zwar **BIO** ist, aber bereits umweltmäßig in für uns nicht zu vertretenden Verpackungen steckt oder Tausende Kilometer Transportweg hinter sich hat.

Allergien und Lebensmittelunverträglichkeiten

Allergien und Lebensmittelunverträglichkeiten bei Kindern und Jugendlichen nehmen in den letzten Jahren dramatisch zu. Wir bieten unseren Kunden daher einen separaten „Allergiespeiseplan“ an, der zwei warme Gerichte, Salat und Dessert pro Tag zur Auswahl stellt. Die verwendeten Zutaten werden pro Gericht detailliert aufgeführt.

Die Rezepturen sind standardmäßig ohne Gluten, Milch, Ei, Soja und Nüssen.

Sprechen Sie uns an – wir helfen Ihnen gerne weiter.

Unser Service

Angebot:

Zur Auswahl stehen täglich 3 warme Hauptgerichte, wovon mindestens eines stets rein vegetarisch ist, sowie 3 kalte Komponenten (Salat / Rohkost / Dessert). Bei Bedarf können einzelne Komponenten getauscht werden (Menu wird mit Reis angeboten, Kinder möchten aber Nudeln) oder kombinierte Komponenten getrennt werden (Speiseplan weist Gemüse bürgerlich aus, Kinder möchten jedoch Gemüse und Kartoffeln getrennt). Auch können Salat und Dessert anteilig bestellt werden.

Bestellung:

Zur Bestellung erhalten unsere Kunden rechtzeitig im Voraus den Speiseplan, auf dem sie ihren Menüwunsch ankreuzen und die entsprechende Anzahl an Portionen angeben. Änderungen können jederzeit, in Ausnahmefällen sogar noch morgens bis 8:30 Uhr telefonisch durchgegeben werden. Das Essen wird in der gewünschten Gesamtmenge (d.h. nicht einzeln portioniert) rechtzeitig servierfertig angeliefert.

Kundenbetreuung:

Gutes Essen benötigt jeder natürlich das ganze Jahr über – daher stehen wir unseren Kunden 12 Monate im Jahr zur Verfügung und überbrücken bei Nichtkunden durch unseren Kurzeitenservice auch Krankheits- oder Urlaubszeiten.

Und:

Wir können nicht für jeden unserer Kunden individuell kochen, doch bemühen wir uns über einen engen Kontakt zu jeder Einrichtung, auch auf einzelne Wünsche und Bedürfnisse einzugehen. Dieser Informationsaustausch geschieht zum einen über dem Speiseplan beigefügte „Kritikzettel“, zum anderen über regelmäßige Gespräche.

Nehmen Sie uns beim Wort und überzeugen Sie sich selbst!

Entscheiden Sie sich für eine 1 bis 2-wöchige reguläre Belieferung zum Kennenlernen und Ausprobieren.