

## Beschreibung der verschiedenen Kostformen im Frenkenbündten

<b>1.1 VK</b>	<b>Normale Vollkost</b>
Beschreibung	Vollkost ohne Einschränkungen
Verabreichung	Ohne Ernährungsprobleme und Unverträglichkeiten
<b>1.2 LVK</b>	<b>Leichte Vollkost</b>
Beschreibung	Die am meisten zu Unverträglichkeiten führenden Nahrungsmittel werden weggelassen (z.B. Kohllarten, Zwiebelgewächse, in Fett gebratene oder gratinierte Nahrungsmittel usw.).
Verabreichung	Bei Unverträglichkeit auf stark blähende, fettreiche Nahrungsmittel. Nicht geeignet bei umfassenden Unverträglichkeiten und komplizierten Erkrankungen der Verdauungsorgane, insbesondere Operationen im Magen-Darm-Trakt.
<b>1.3. Vegetarisch</b>	<b>Vollkost vegetarisch</b>
Beschreibung	Vegetarische Vollkost ohne Fleisch und Wurstwaren, evtl. ohne Fische. Als Eiweisslieferanten dienen Milch, Milchprodukte, Eier, Tofu, Hülsenfrüchte und Getreide.
Verabreichung	Als Vollkost für Bewohner, die eine Abneigung gegen Fleisch haben.
<b>Streng Vegetarische Kostform</b>	Alle tierischen Nahrungsmittel sind auszuschliessen (Schlachtfleisch, Geflügel, Wild, Fisch, Krustentiere, Eier, Milch, Milchprodukte. Gefahr einer mangelhaften Nährstoffabdeckung.
<b>1.4 VK Fleisch püriert</b>	<b>Vollkost Fleisch püriert</b>
Beschreibung	Vollkost ohne Einschränkung der Kostform. Ohne Ernährungsprobleme und Unverträglichkeiten. Nur mit Kauproblemen bei Fleisch
Verabreichung	Fleisch wird in weicher, gewürfelter, pürierter oder geschnittener Form angeboten.
<b>1.5 VKP</b>	<b>Vollkost püriert (weiche Kost)</b>
Beschreibung	Die pürierte Kost ist eine leichtverdauliche, vollwertige und fein zerkleinerte Kostform

Verabreichung Wenn das Kauvermögen vorhanden ist, aber eine weichere Kost benötigt wird. Fleisch wird in weicher, gewürfelter, pürierter oder geschnittener Form angeboten

## 1.6 T = Turmix Leichte Vollkost gemixt

Beschreibung Die am meisten zu Unverträglichkeiten führenden Nahrungsmittel werden, wie bei einer leichten Vollkost (LVK), weggelassen

Verabreichung Wenn das Essen nicht mehr gekaut, aber noch geschluckt werden kann. Alle Speisen werden in weicher, breiiger Form angeboten.  
Im Cocottli serviert.

## 1.7 Diabetes Diabetes Qualitativ Typ II

½ Portion 1200 kcal oder 145 KH  
1 Portion 1600 kcal oder 200 KH  
1 ½ Portionen 2000 kcal oder 250 KH

Beschreibung Nicht abgewogene Diabetesdiät  
Nahrungsmittel und Zubereitungsarten entsprechen der Vollkost mit Verteilung auf 6 Mahlzeiten am Tag.  
Zwischenmahlzeiten müssen aus dem richtigen Kalorienbereich zu jeder Mahlzeit abgegeben werden.

Verabreichung Diabetiker ohne Insulin und blutzuckersenkenden Tabletten.  
Bei Normalgewicht 1 ½ Portionen, je nach Bedarf.  
Bei Übergewicht ½ Portion bestellen.  
Zwischenmahlzeiten servieren (Früchte / Shake / Säfte).

## 1.8 Fingerfood

Herstellung

- Setzt geeignete Lebensmittel voraus
- Bedingt spezielle Zubereitung
- Zubereitung bedeutet täglichen Mehraufwand für die Küche
- Braucht Kreativität, Phantasie und Freude
- Bedeutet gute Zusammenarbeit und regelmässigen Informationsaustausch mit den Betroffenen und den Pflegenden

Produktionsrichtlinien (GHP)

- Grundzubereitungsarten nach guter Herstellungspraxis
- Wird wenn immer möglich vom Menu abgeleitet

Zusammenstellung Muss ausgewogen sein in Bezug auf Fette, Proteine, Kohlenhydrate, Vitamine etc.

Proteine	Fleisch, Wurstwaren, Tofu, Quorn, Käse, Eier
Kohlenhydrate	<ul style="list-style-type: none"><li>• Grosse, fingerfood-gerechte Auswahl wie Kartoffeln, z.B. Pommes frites, Krokette, Bratkartoffeln</li><li>• Mais- und Weizengriess, Hirse in Schnitten</li></ul>
Gemüse	Richtige Konsistenz beim Zubereiten (nicht zu weich, nicht zu hart), trocken, wenn möglich in längliche Stäbchen schneiden oder in handgerechte Stücke
Salate	<ul style="list-style-type: none"><li>• In Stücke geschnittenes Gemüse weichkochen</li><li>• Salatsauce eingedickt, evtl. separat servieren</li><li>• Bei guter Kauaktivität Rohkost zum Dipp</li></ul>
Saucen	Mit Mehl oder Stärke eindicken und individuell nach BewohnerInnen separat dazu servieren
Kalte Speisen	Mit Gelatine binden, für Veganer mit Agar-Agar oder ThickenUp / Quick & Dick
Frühstück	<ul style="list-style-type: none"><li>• Brot-Schnittli, Schwöbli etc. bestreichen (Konfitüre, Käse) und in Stücke schneiden</li><li>• Zerkleinerte Frucht</li></ul>
Dessert	<ul style="list-style-type: none"><li>• Cakes, Kuchen, Hefengebäck, Torten in Stücke geschnitten</li><li>• Verschiedene Blech-Bisquits in Vierecke oder Rauten geschnitten</li><li>• Obst geschnitten, Kompott ohne Saft</li><li>• Kleine süsse Tartelettes gefüllt mit verschiedenen Cremes (Mini-Tartelettes süss von Hug)</li></ul>

Beim Anrichten oder Servieren die Speisen abwechslungsweise auf dem Teller anordnen. Fotos von Fingerfood-Mahlzeiten finden Sie [hier](#).