

Richtlinie praktische Abschlussprüfung BP DiKo 2024

Alle der folgenden Kostformen basieren auf den Grundsätzen der gesunden Ernährung und der guten Herstellungsparxis (GHP)

1. Suppe / Vorspeise / Salat	
Suppen	
Diabetes	<ul style="list-style-type: none"> • KH-Werte mit Austauschabelle (Schule), Nährwertabelle oder Prodi gemäss Auftrag berechnet • Gemüseanteil ist frei • Einlage/Beigabe sollte NF-reich sein (ohne berechneten Zielwert) • Evtl. Energiereduziert (gemäss Auftrag), dann muss Pinselstrich Fett zum Andünsten und 10 gr Halbrahm nicht berechnet werden • Protein-Beilage/-Einlage ist frei – bei energiereduziert muss Fettstufe berücksichtigt werden
Vegan	<ul style="list-style-type: none"> • Ohne tierische Lebensmittel
Proteinreich	<ul style="list-style-type: none"> • Proteinmenge berechnet gemäss Auftrag • Anreichern mit Lebensmitteln • Anreichern mit Proteinpulver
Streng fettarme mit MCT angereicherte Kost	<ul style="list-style-type: none"> • Fettfreie/- arme Lebensmittel wählen • Austausch üblicher Koch- und Streichfette durch MCT
Flüssige Ernährung IDDSI 1 -3	<ul style="list-style-type: none"> • Passiert, evtl. verdünnt, bzw. abgebunden • Angereichert mit allen Makronährstoffen, essentielle Fettsäuren einsetzen • Energiemenge gemäss Auftrag
Reizarme Ernährung	<ul style="list-style-type: none"> • Konsistenzform und Unverträglichkeiten je nach Verordnung • Ohne saure Gerichte • Ohne klebende Speisen • Schicktemperatur max. 45 °C • Mild würzen • Ohne Speisen die mechanische Reize auslösen (z.B. Kruste)
Laktosefrei	<ul style="list-style-type: none"> • Ohne laktosehaltige Lebensmittel (<0,1g / 100g)
Allergien	<ul style="list-style-type: none"> • Frei von Allergenen gemäss Verordnung
Individuelle Unverträglichkeit	<ul style="list-style-type: none"> • Weglassen von Lebensmittel gemäss Auftrag

Glutenfrei	<ul style="list-style-type: none"> • Ohne glutenhaltige LEBENSMITTEL
NF-reich	<ul style="list-style-type: none"> • Berechnete Menge an NF (mind. 6 g) • Mindestens 3 Lebensmittel aus verschiedenen Lebensmittel - Gruppen mit hohem NF Gehalt
NF-arm	<ul style="list-style-type: none"> • Berechnete Menge an NF (max. 2g) • Ohne Gemüse/Früchte ausser passierte Säfte • Ohne VK-Lebensmittel, Nüsse, Kerne, Samen • Ohne Kräuter
Natriumreduziert	<ul style="list-style-type: none"> • Maximal 400 mg Natrium als Gewürz für die Zubereitung • Keine gesalzenen, gepökelten Lebensmittel oder entsprechend eingerechnet
Salate / Vorspeisen	
Vollwerternährung	<ul style="list-style-type: none"> • Ovo-Laktovegetabile und naturbelassene Lebensmittel aus ökologischem Anbau bevorzugen • Regionalität und Saisonalität beachten • 50% unerhitzte Kost
Mediterrane Ernährung	<ul style="list-style-type: none"> • Einfach ungesättigte Fettsäuren einsetzen • Geflügel, Fisch, Hülsenfrüchte bevorzugen • Nahrungsfasserreiche Lebensmittel bevorzugen • Nüsse, Samen und Kerne einplanen • Reich an Kräuter, Zwiebeln, Knoblauch
Vegan	<ul style="list-style-type: none"> • Ohne tierische Lebensmittel
weiche & mundgerecht IDDSI 6	<ul style="list-style-type: none"> • Mundgerechte Grösse (ca. 1.5 x 1.5 cm) • Weiche, zarte, feuchte Gerichte, durch Gabeldruck vollständig zerdrückbar • Gemüse und Obst weich gekocht / wenn roh weich oder fein geraffelt • Energiemenge gemäss Auftrag • Angereichert mit allen Makronährstoffen, essentielle Fettsäuren einsetzen
zerkleinert & durchfeuchtet IDDSI 5	<ul style="list-style-type: none"> • Weichgekocht und klein geschnitten (ca. 4mm) oder püriert • Keine Mischkonsistenz • Energiemenge gemäss Auftrag • Angereichert mit allen Makronährstoffen, essentielle Fettsäuren einsetzen • Vollständig durchfeuchtete Gerichte
breiig / püriert IDDSI 4	<ul style="list-style-type: none"> • Gemixt/püriert und passiert oder pacosiert • Abgebunden, nicht klebrig • Homogene Konsistenz, puddingartig • Energiemenge gemäss Auftrag • Angereichert mit allen Makronährstoffen, essentielle Fettsäuren einsetzen • Keine Mischkonsistenz

Proteinreich	<ul style="list-style-type: none"> • Proteinmenge berechnet gemäss Auftrag • Anreichern mit Lebensmitteln • Anreichern mit Proteinpulver
Streng fettarme mit MCT angereicherte Kost	<ul style="list-style-type: none"> • Fettfreie/- arme Lebensmittel wählen • Austausch üblicher Koch- und Streichfette durch MCT
Reizarme Ernährung	<ul style="list-style-type: none"> • Konsistenzform und Unverträglichkeiten je nach Verordnung • Ohne saure Gerichte • Ohne klebende Speisen • Schicktemperatur max. 45 °C • Mild würzen • Genügend Sauce/Flüssigkeiten • Ohne Speisen die mechanische Reize auslösen (z.B. Kruste)
Laktosefrei	<ul style="list-style-type: none"> • Ohne laktosehaltige Lebensmittel (<0,1g / 100g)
Glutenfrei	<ul style="list-style-type: none"> • Ohne glutenhaltige Lebensmittel
Allergien	<ul style="list-style-type: none"> • Frei von Allergenen gemäss Verordnung
Individuelle Unverträglichkeit	<ul style="list-style-type: none"> • Weglassen von Lebensmittel gemäss Auftrag
Kaliumreduziert	<ul style="list-style-type: none"> • Berechnet gemäss Auftrag • Kaliumreiche Lebensmittel (Früchte: < 300 mg Kalium/100g und Gemüse: < 400 mg Kalium/100g) wenn möglich reduzieren, statt austauschen oder auslaugen • Genügend Energie
Natriumreduziert	<ul style="list-style-type: none"> • Maximal 400 mg Natrium als Gewürz für die Zubereitung • Keine gesalzenen, gepökelten Lebensmittel oder entsprechend eingerechnet
NF-reich	<ul style="list-style-type: none"> • Berechnete Menge an NF (mind. 6 g) • Mindestens 3 Lebensmittel aus verschiedenen Lebensmittel - Gruppen mit hohem NF Gehalt
NF-arm	<ul style="list-style-type: none"> • Berechnete Menge an NF (max. 2g) • Ohne Gemüse/Früchte ausser passierte Säfte • Ohne VK-Lebensmittel, Nüsse, Kerne, Samen • Ohne Kräuter
PKU	<ul style="list-style-type: none"> • Streng phenylalaninarme, bzw. proteinarme Ernährung gemäss Auftrag

2. Hauptgericht	
Vollwerternährung	<ul style="list-style-type: none"> Ovo-Laktovegetabile und naturbelassene Lebensmittel aus ökologischem Anbau bevorzugen Regionalität und Saisonlätät beachten
Diabetes	<ul style="list-style-type: none"> KH-Werte mit Austauschabelle (Schule), Nährwertabelle oder Prodi gemäss Auftrag berechnet NF-reiche Lebensmittel einsetzen (ohne berechneten Zielwert) Evtl. Energiereduziert (gemäss Auftrag), dann muss Pinselstrich Fett zum Andünsten und 10 gr Halbrahm nicht berechnet werden Proteinmenge gemäss gesunder Ernährung (praxisnah), auch bei energiereduziert nach Austauschabelle ist ein ½ EW (Fettstufe) frei Gemüsemenge mind. 120 g (KH-Wert ist frei)
Mediterrane Ernährung	<ul style="list-style-type: none"> Einfach ungesättigte Fettsäuren einsetzen Geflügel, Fisch, Hülsenfrüchte bevorzugen Nahrungsfasserreiche Lebensmittel bevorzugen Nüsse, Samen und Kerne einplanen Reich an Kräuter, Zwiebeln, Knoblauch
Vegan	<ul style="list-style-type: none"> Ohne tierische Lebensmittel
weiche & mundgerecht IDDSI 6	<ul style="list-style-type: none"> Mundgerechte Grösse (ca. 1.5 x 1.5 cm) Weiche, zarte, feuchte Gerichte, durch Gabeldruck vollständig zerdrückbar Gemüse und Obst weich gekocht / wenn roh weich oder fein geraffelt Energiemenge gemäss Auftrag Angereichert mit allen Makronährstoffen, essentielle Fettsäuren einsetzen 1 dl Sauce separat servieren
zerkleinert & durchfeuchtet IDDSI 5	<ul style="list-style-type: none"> Weichgekocht und klein geschnitten (ca. 4mm) oder püriert Keine Mischkonsistenz Energiemenge gemäss Auftrag Angereichert mit allen Makronährstoffen, essentielle Fettsäuren einsetzen Vollständig durchfeuchtete Gerichte 1 dl Sauce separat servieren
breiig / püriert IDDSI 4	<ul style="list-style-type: none"> Gemixt/püriert und passiert oder pacosiert Abgebunden, nicht klebrig Homogene Konsistenz, puddingartig Energiemenge gemäss Auftrag Angereichert mit allen Makronährstoffen, essentielle Fettsäuren einsetzen Keine Mischkonsistenz 1 dl Sauce separat servieren
Proteinreich	<ul style="list-style-type: none"> Proteinmenge berechnet gemäss Auftrag Anreichern mit Lebensmitteln Anreichern mit Proteinpulver
Streng fettarme mit MCT angereicherte Kost	<ul style="list-style-type: none"> Fettfreie/- arme Lebensmittel wählen Austausch üblicher Koch- und Streichfette durch MCT

Reizarme Ernährung	<ul style="list-style-type: none"> • Konsistenzform und Unverträglichkeiten je nach Verordnung • Ohne saure Gerichte • Ohne klebende Speisen • Schicktemperatur max. 45 °C • Mild würzen • Genügend Sauce/Flüssigkeiten • Ohne Speisen die mechanische Reize auslösen (z.B. Kruste) • 1 dl Sauce separat servieren
Laktosefrei	<ul style="list-style-type: none"> • Ohne laktosehaltige Lebensmittel (<0,1g / 100g)
Glutenfrei	<ul style="list-style-type: none"> • Ohne glutenhaltige Lebensmittel
Allergien	<ul style="list-style-type: none"> • Frei von Allergenen gemäss Verordnung
Individuelle Unverträglichkeit	<ul style="list-style-type: none"> • Weglassen von Lebensmittel gemäss Auftrag
Kaliumreduziert	<ul style="list-style-type: none"> • Berechnet gemäss Auftrag • Kaliumreiche Lebensmittel (Früchte: < 300 mg Kalium/100g und Gemüse: < 400 mg Kalium/100g) wenn möglich reduzieren, statt austauschen oder auslaugen • Genügend Energie
Natriumreduziert	<ul style="list-style-type: none"> • Maximal 400 mg Natrium als Gewürz für die Zubereitung • Keine gesalzenen, gepökelten Lebensmittel oder entsprechend eingerechnet
NF-reich	<ul style="list-style-type: none"> • Berechnete Menge an NF (mind. 12 g) • Mindestens 3 Lebensmittel aus verschiedenen Lebensmittel - Gruppen mit hohem NF Gehalt
NF-arm	<ul style="list-style-type: none"> • Berechnete Menge an NF (max. 2g) • Ohne Gemüse/Früchte ausser passierte Säfte • Ohne VK-Lebensmittel, Nüsse, Kerne, Samen • Ohne Kräuter
PKU	<ul style="list-style-type: none"> • Streng phenylalaninarme, bzw. proteinarme Ernährung gemäss Auftrag

3. Süssspeise/Gebäck

Vollwerternährung	<ul style="list-style-type: none"> Ovo-Laktovegetabile und naturbelassene Lebensmittel aus ökologischem Anbau bevorzugen Regionalität und Saisonlätät beachten
Vegan	<ul style="list-style-type: none"> Ohne tierische Lebensmittel
Diabetes	<ul style="list-style-type: none"> KH-Werte mit Austauschabelle (Schule), Nährwertabelle oder Prodi gemäss Auftrag berechnet Evtl. Energiereduziert (gemäss Auftrag) NF-reiche LEBENSMITTEL einsetzen (ohne berechneten Zielwert)
weiche & mundgerecht IDDSI 6	<ul style="list-style-type: none"> Mundgerechte Grösse (ca. 1.5 x 1.5 cm) Weiche, zarte, feuchte Gerichte, durch Gabeldruck vollständig zerdrückbar Gemüse und Obst weich gekocht / wenn roh weich oder fein geraffelt Energiemenge gemäss Auftrag Angereichert mit allen Makronährstoffen, inkl. essentielle Fettsäuren einsetzen
zerkleinert & durchfeuchtet IDDSI 5	<ul style="list-style-type: none"> Weichgekocht und klein geschnitten (ca. 4mm) oder püriert Keine Mischkonsistenz Energiemenge gemäss Auftrag Angereichert mit allen Makronährstoffen, essentielle Fettsäuren einsetzen Vollständig durchfeuchtete Gerichte
breiig / püriert IDDSI 4	<ul style="list-style-type: none"> Gemixt/püriert und passiert oder pacosiert Abgebunden, nicht klebrig Homogene Konsistenz, puddingartig Energiemenge gemäss Auftrag Angereichert mit allen Makronährstoffen, essentielle Fettsäuren einsetzen Keine Mischkonsistenz
Proteinreich	<ul style="list-style-type: none"> Proteinmenge berechnet gemäss Auftrag Anreichern mit Lebensmitteln Anreichern mit Proteinpulver
Reizarme Ernährung	<ul style="list-style-type: none"> Konsistenzform und Unvertäglichkeiten je nach Verordnung Ohne saure Gerichte Ohne klebende Speisen Schicktemperatur max. 45 °C Mild würzen Ohne Speisen die mechanische Reize auslösen (z.B. Kruste)
Laktosefrei	<ul style="list-style-type: none"> Ohne laktosehaltige Lebensmittel (<0,1g / 100g)
Glutenfrei	<ul style="list-style-type: none"> Ohne glutenhaltige Lebensmittel
Allergien	<ul style="list-style-type: none"> Frei von Allergenen gemäss Verordnung
Individuelle Unverträglichkeit	<ul style="list-style-type: none"> Weglassen von Lebensmittel gemäss Auftrag
Kaliumreduziert	<ul style="list-style-type: none"> Berechnet gemäss Auftrag Kaliumreiche Lebensmittel (Früchte: < 300 mg Kalium/100g und Gemüse: < 400 mg Kalium/100g) wenn möglich reduzieren, statt austauschen oder auslaugen Genügend Energie

NF-reich	<ul style="list-style-type: none"> • Berechnete Menge an NF (mind. 6 g) • Mindestens 3 Lebensmittel aus verschiedenen Lebensmittel - Gruppen mit hohem NF-Gehalt
NF-arm	<ul style="list-style-type: none"> • Berechnete Menge an NF (max. 2g) • Ohne Gemüse/Früchte ausser passierte Säfte • Ohne VK-Lebensmittel, Nüsse, Kerne, Samen • Ohne Kräuter
PKU	<ul style="list-style-type: none"> • Streng phenylalaninarme, bzw. proteinarmer Ernährung gemäss Auftrag

4. Zwischenmahlzeit

Vollwerternährung	<ul style="list-style-type: none"> Ovo-Laktovegetabile und naturbelassene Lebensmittel aus ökologischem Anbau bevorzugen Regionalität und Saisonalität beachten
Diabetes	<ul style="list-style-type: none"> KH-Werte mit Austauschabelle (Schule), Nährwertabelle oder Prodi gemäss Auftrag berechnet Evtl. Energiereduziert (gemäss Auftrag) NF-reiche Lebensmittel einsetzen
Mediterrane Ernährung	<ul style="list-style-type: none"> Einfach ungesättigte Fettsäuren einsetzen Geflügel, Fisch, Hülsenfrüchte bevorzugen Nahrungsfasserreiche Lebensmittel bevorzugen Nüsse, Samen und Kerne einplanen Reich an Kräuter, Zwiebeln, Knoblauch
Vegan	<ul style="list-style-type: none"> Ohne tierische Lebensmittel
weiche & mundgerecht IDDSI 6	<ul style="list-style-type: none"> Mundgerechte Grösse (ca. 1.5 x 1.5 cm) Weiche, zarte, feuchte Gerichte, durch Gabeldruck vollständig zerdrückbar Gemüse und Obst weich gekocht / wenn roh weich oder fein geraffelt Energiemenge gemäss Auftrag Angereichert mit allen Makronährstoffen, essentielle Fettsäuren einsetzen
zerkleinert & durchfeuchtet IDDSI 5	<ul style="list-style-type: none"> Weichgekocht und klein geschnitten (ca. 4mm) oder püriert Keine Mischkonsistenz Energiemenge gemäss Auftrag Angereichert mit allen Makronährstoffen, essentielle Fettsäuren einsetzen Vollständig durchfeuchtete Gerichte
breiig / püriert IDDSI 4	<ul style="list-style-type: none"> Gemixt/püriert und passiert oder pacosiert Abgebunden, nicht klebrig Homogene Konsistenz, puddingartig Energiemenge gemäss Auftrag Angereichert mit allen Makronährstoffen, essentielle Fettsäuren einsetzen Keine Mischkonsistenz
Flüssige Ernährung IDDSI 1 -3	<ul style="list-style-type: none"> Passiert, evtl. verdünnt, bzw. abgebunden Angereichert mit allen Makronährstoffen, inkl. essentielle Fettsäuren einsetzen Energiemenge gemäss Auftrag
Proteinreich	<ul style="list-style-type: none"> Proteinmenge berechnet gemäss Auftrag Anreichern mit Lebensmitteln Anreichern mit Proteinpulver
Streng fettarme mit MCT angereicherte Kost	<ul style="list-style-type: none"> Fettfreie/- arme Lebensmittel wählen Austausch üblicher Koch- und Streichfette durch MCT

Reizarme Ernährung	<ul style="list-style-type: none"> • Konsistenzform und Unverträglichkeiten je nach Verordnung • Ohne saure Gerichte • Ohne klebende Speisen • Schicktemperatur max. 45 °C • Mild würzen • Ohne Speisen die mechanische Reize auslösen (z.B. Kruste)
Laktosefrei	<ul style="list-style-type: none"> • Ohne laktosehaltige Lebensmittel (<0,1g / 100g)
Glutenfrei	<ul style="list-style-type: none"> • Ohne glutenhaltige Lebensmittel
Allergien	<ul style="list-style-type: none"> • Frei von Allergenen gemäss Verordnung
Individuelle Unverträglichkeit	<ul style="list-style-type: none"> • Weglassen von Lebensmittel gemäss Auftrag
Kaliumreduziert	<ul style="list-style-type: none"> • Berechnet gemäss Auftrag • Kaliumreiche Lebensmittel (Früchte: < 300 mg Kalium/100g und Gemüse: < 400 mg Kalium/100g) wenn möglich • Genügend Energie
NF-reich	<ul style="list-style-type: none"> • Berechnete Menge an NF (mind. 6 g) • Mindestens 3 Lebensmittel aus verschiedenen Lebensmittel - Gruppen mit hohem NF Gehalt
NF-arm	<ul style="list-style-type: none"> • Berechnete Menge an NF (2g)
PKU	<ul style="list-style-type: none"> • Streng phenylalaninarme, bzw. proteinarme Ernährung gemäss Auftrag

5. Kurzfristige Nachbestellung

Vollwerternährung	<ul style="list-style-type: none"> Ovo-Laktovegetabile und naturbelassene Lebensmittel aus ökologischem Anbau bevorzugen Regionalität und Saisonalität beachten
Diabetes	<ul style="list-style-type: none"> KH-Werte mit Austauschabelle (Schule), Nährwertabelle oder Prodi gemäss Auftrag berechnet NF-reiche Lebensmittel einsetzen (ohne berechneten Zielwert) Evtl. Energiereduziert (gemäss Auftrag), dann muss Pinselstrich Fett zum Andünsten und 10 gr Halbrahm nicht berechnet werden Proteinmenge gemäss gesunder Ernährung (praxisnah), auch bei energiereduziert nach Austauschabelle ist ein ½ EW (Fettstufe) frei Gemüsemenge mind. 120 g (KH-Wert ist frei)
Mediterrane Ernährung	<ul style="list-style-type: none"> Einfach ungesättigte Fettsäuren beachten Geflügel, Fisch, Hülsenfrüchte bevorzugen Nahrungsfasserreiche Lebensmittel bevorzugen Nüsse, Samen und Kerne einplanen Reich an Kräuter, Zwiebeln, Knoblauch
Vegan	<ul style="list-style-type: none"> Ohne tierische Lebensmittel
weiche & mundgerecht IDDSI 6	<ul style="list-style-type: none"> Mundgerechte Grösse (ca. 1.5 x 1.5 cm) Weiche, zarte, feuchte Gerichte, durch Gabeldruck vollständig zerdrückbar Gemüse und Obst weich gekocht / wenn roh weich oder fein geraffelt Energiemenge gemäss Auftrag Angereichert mit allen Makronährstoffen, essentielle Fettsäuren einsetzen
zerkleinert & durchfeuchtet IDDSI 5	<ul style="list-style-type: none"> Weichgekocht und klein geschnitten (ca. 4mm) oder püriert Keine Mischkonsistenz Energiemenge gemäss Auftrag Angereichert mit allen Makronährstoffen, essentielle Fettsäuren einsetzen Vollständig durchfeuchtete Gerichte
breiig / püriert IDDSI 4	<ul style="list-style-type: none"> Gemixt/püriert und passiert oder pacosiert Abgebunden, nicht klebrig Homogene Konsistenz, puddingartig Energiemenge gemäss Auftrag Angereichert mit allen Makronährstoffen, essentielle Fettsäuren einsetzen Keine Mischkonsistenz
Flüssige Ernährung IDDSI 1 -3	<ul style="list-style-type: none"> Passiert, evtl. verdünnt, bzw. abgebunden Angereichert mit allen Makronährstoffen, essentielle Fettsäuren einsetzen Energiemenge gemäss Auftrag
Proteinreich	<ul style="list-style-type: none"> Proteinmenge berechnet gemäss Auftrag Anreichern mit Lebensmitteln Anreichern mit Proteinpulver
Streng fettarme mit MCT angereicherte Kost	<ul style="list-style-type: none"> Fettfreie/- arme Lebensmittel wählen Austausch üblicher Koch- und Streichfette durch MCT

Reizarme Ernährung	<ul style="list-style-type: none"> • Konsistenzform und Unverträglichkeiten je nach Verordnung • Ohne saure Gerichte • Ohne klebende Speisen • Schicktemperatur max. 45 °C • Mild würzen • Ohne Speisen die mechanische Reize auslösen (z.B. Kruste)
Laktosefrei	<ul style="list-style-type: none"> • Ohne laktosehaltige Lebensmittel (<0,1g / 100g)
Glutenfrei	<ul style="list-style-type: none"> • Ohne glutenhaltige Lebensmittel
Allergien	<ul style="list-style-type: none"> • Frei von Allergenen gemäss Verordnung
Individuelle Unverträglichkeit	<ul style="list-style-type: none"> • Weglassen von Lebensmitteln gemäss Auftrag
Kaliumreduziert	<ul style="list-style-type: none"> • Berechnet gemäss Auftrag • Kaliumreiche Lebensmittel (Früchte: < 300 mg Kalium/100g und Gemüse: < 400 mg Kalium/100g) wenn möglich • Genügend Energie
Natriumreduziert	<ul style="list-style-type: none"> • Maximal 400 mg Natrium als Gewürz für die Zubereitung • Keine gesalzenen, gepökelten Lebensmittel oder entsprechend eingerechnet
PKU	<ul style="list-style-type: none"> • Streng phenylalaninarme, bzw. proteinarme Ernährung gemäss Auftrag