



Allergenkennzeichnung praktisch umgesetzt

Juni 2016

Schwerpunkte



- Lebensmittelallergien und -unverträglichkeiten im Kita-Alltag
Häufigkeiten
Definitionen
Beispiele
- Allergenkennzeichnung praktisch umgesetzt
Gesetze
14 Hauptallergene
5 Schritte zur Umsetzung des Allergenmanagements
Unterlagen für die Umsetzung in der Praxis
- Situationen im Kita-Alltag – wie gehe ich damit um
Beispiele

Häufigkeit*



- Kleinkinder: Lebensmittelallergien: etwa 4 %
- Kleinkinder: nicht-allergische Unverträglichkeiten: sehr selten!
- Säuglinge: 2-3 % haben Kuhmilcheiweißallergie
- Zöliakie: etwa 0,7 % aller Kinder betroffen
- viele Lebensmittelallergien verlieren sich bis zum Schulalter wieder
- Pollenallergien erst mit 3 Jahren relevant

Symptome



- betroffen: Mund, Atemwege, Haut, Magen-Darm-Trakt etc.
- bei Lebensmittelallergien: **lebensbedrohliche** Situationen schon bei geringsten Mengen **möglich**
 - anaphylaktischer Schock innerhalb weniger Minuten

Diagnose und Therapie

- Therapie nur über meiden/verringern des Allergieauslösers
- Eltern vermuten Allergien/Unverträglichkeiten deutlich häufiger als diese tatsächlich vorliegen!
- deshalb: **IMMER** ärztliche Diagnose, **NIEMALS** meiden wertvoller Lebensmittel nur auf Verdacht!

Exkurs: Basiswissen



Allergie

- unter Beteiligung des Immunsystems
- Spuren lösen meist sofort Symptome aus (leicht bis lebensbedrohlich möglich)
- Therapie: striktes Meiden des Allergens!

Unverträglichkeit

- keine „echte“ Allergie, da keine Beteiligung des Immunsystems
- ähnliche Symptome wie bei Allergie möglich
- Therapie: vermeiden oder reduzieren des Allergens; kleine Mengen können oft vertragen werden

Rechtslage

Informationspflicht über Allergene in loser Ware



- **bisher:** Allergene sind nur auf Fertigpackungen gekennzeichnet
- **neu:** Informationspflicht für „lose Ware“ in GV-Betrieben (Kitas und Schulen, Metzgereien, Bäckereien, Restaurants, Imbissbetrieben etc.)
- **Kontrolle:** Amtliche Lebensmittelüberwachung

Rechtsgrundlagen:

- EU (VO) Nr. 1169/2011 „Lebensmittelinformationsverordnung“ gültig ab: 13.12.2014
- Nationale EU-Lebensmittelinformations-Durchführungsverordnung (LMIDV)
- Vorläufige Lebensmittelinformations-Ergänzungsverordnung (VorLMIEV)



Wen betrifft was?



Selbstkochende Kitas und Schulen

- eigenes Allergenmanagement für alle selbst hergestellten Speisen

Fremdverpflegung

(Warmverpflegung, Kühl- und Tiefkühlkost)

- kein eigenes Allergenmanagement notwendig
- Caterer stellt Allergeninformation bereit

„Ergänzungskocher“ (Salate, Desserts, ...) wie Selbstkocher!

Wen betrifft was?



Frühstück als Buffet, Angebot am Schulkiosk oder Schülerfirma

- Abgabe loser Ware: Kennzeichnung erforderlich

Mitgebrachte Speisen für Feiern und Feste

- Ausnahmeregelung: **keine** Kennzeichnung erforderlich
- aber: freiwillige Kennzeichnung oder Angabe der Zutaten hilfreich

Ernährungsbildungsaktionen, pädagogisches Kochen

- **keine** Kennzeichnung erforderlich

Welche Allergene?



- (1) **glutenhaltiges Getreide**
(namentlich Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder Hybridstämme davon)
- (2) **Krebstiere**
- (3) **Eier**
- (4) **Fische**
- (5) **Erdnüsse**
- (6) **Sojabohnen**
- (7) **Milch (einschließlich Laktose)**
- (8) **Schalenfrüchte**
(namentlich Mandeln, Haselnüsse, Walnüsse, Kaschunüsse, Pecannüsse, Pistazien, Macadamia- oder Queenslandnüsse)

- (9) **Sellerie**
- (10) **Senf**
- (11) **Sesamsamen**
- (12) **Schwefeldioxid und Sulphite**
(ab 10 mg/kg oder 10 mg/l)
- (13) **Lupine**
- (14) **Weichtiere**

(und Erzeugnisse aus 1–14)

Diese Zutaten lösen 90 % aller lebensmittelbedingten Allergien aus.

Informationsquelle



Verpackte Lebensmittel = Zutatenliste!

- Allergene sind hervorgehoben
- Mindestschriftgröße ist Pflicht

Palmöl, Tomate, Stärke, 8 % jodiertes Speisesalz, MILCHZUCKER, MILCHEIWEISS, Hefeextrakt, Petersilie, KABELJAUPULVER, WEIZENEIWEISS, Fruktose, Maltodextrin auf Weizenbasis, Zucker, Knoblauch, Kurkuma, Würze.

Lose Ware vom Bäcker/Metzger/Markt =
Hersteller muss Auskunft geben!

Was ist was?

Gewisse Fachkenntnis notwendig.



Palmöl, Tomate, Stärke, 8 % jodiertes Speisesalz, MILCHZUCKER, MILCHEIWEISS, Hefeextrakt, Petersilie, KABELJAUPULVER, WEIZENEIWEISS, Fruktose, Maltodextrin auf Weizenbasis, Zucker, Knoblauch, Kurkuma, Würze.

- Milchzucker, Milcheiweiß = Milch (Laktose)
- Kabeljaupulver = Fisch
- Weizeneiweiß = Gluten (Weizen)
- Stärke, Maltodextrin auf Weizenbasis = nicht hervorgehoben, keine Kennzeichnung

Beispiel:

Zutatenliste Gemüsebrühe



Zutaten

Zutaten: jodiertes Speisesalz, Zucker, Maltodextrin, Hefeextrakt, Palmöl, Aroma, Stärke, Säuerungsmittel (Citronensäure), 1% Blumenkohlpulver, 0,6% Tomatenpulver, Gewürze, Zwiebelsaftkonzentrat, Sonnenblumenöl.

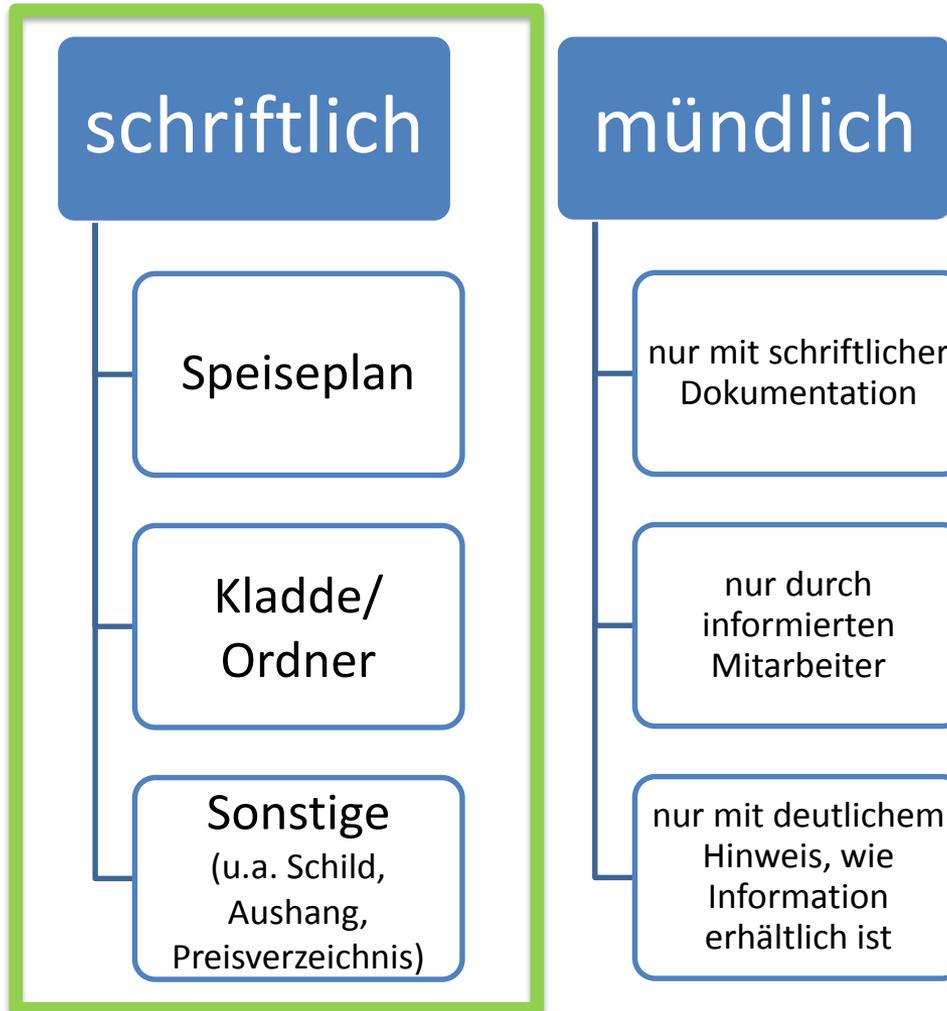
Kann Spuren von Gluten, Milch, Ei und Sellerie enthalten.

Besondere Kennzeichen und Kostformen

- Keine glutenhaltigen Zutaten lt. Rezeptur
- Keine laktosehaltigen Zutaten lt. Rezeptur
- Fettarm
- Ohne MSG lt. Rezeptur
- Ohne Farbstoffe
- Ohne Konservierungsstoffe
- Mit Jodsalz
- Ohne deklarationspflichtige Zusatzstoffe
- Ohne deklarationspflichtige Allergene
- Geeignet für leichte Vollkost
- Vegan / Vegetabil
- Vegetarisch / Ovo Lacto Vegetabil
- Alkoholfrei



Allergeninformation



Fünf wichtige Schritte!



1

- Verantwortliche/n benennen!

2

- Zutatenlisten erfassen

3

- Rezepturen erfassen

4

- Kennzeichnung festlegen

5

- Gute Hygienepraxis

1

• Verantwortliche/n benennen!



- klare Zuständigkeit
- sorgt für Information/Fortbildung
- erstellt und aktualisiert Allergendokumentation
- schult das Team



• Zutatenlisten erfassen



- alle in der Küche verwendeten Lebensmittel auflisten
- Zutatenlisten auf kennzeichnungspflichtige Allergene prüfen
- optional: Zusatzstoffe (bereits Pflicht) und Tierarten (wird Pflicht) mit erfassen

Je mehr verpackte Ware, desto mehr Erfassungsaufwand.

→ Aber: Allergenfrei kochen weder möglich noch sinnvoll!

→ Alternativen prüfen, wo es passt:

– z. B. eifreie Nudeln, Hafermilch, usw.

[Kladde Allergene in Rezepturen und Zutatenlisten](#)

• Rezepturen erfassen



Für alle selbst hergestellten Speisen! Warum?

- nur so umfassender Überblick über allergene Zutaten möglich

Warum noch?

- an Zielgruppe angepasste Nährstoff- und Energieversorgung
- durch detaillierte Mengen- und Zutatenangaben gleichbleibende Speisenqualität („ein Stich Butter“)
- genaue Kalkulation

[Rezeptur Vorlage](#)

Ergebnis: Rezeptur Fischragout



Rezept: Fischragout mit Bandnudeln

(Zutaten für 10 Kinder, 4-6 Jahre)

Menge	Maßeinheit	Zutat	Firma		Allergene	Zusatzstoffe	Tierart
100	g	Zwiebeln, geschält					
30	ml	Pflanzenölcreme	XY		Soja	Farbstoff (Carotin E 160 a)	
20	g	Weizenmehl, Typ 1050			Gluten (Weizen)		
0,5	l	Gemüsebrühe	XY		Gluten (Weizen), Sellerie, Senf	Geschmacksverstärker	
0,4	kg	Karotten, geschält					
0,3	kg	Erbsen, TK					
0,5	kg	Seelachsfilet, frisch unpaniert			Fisch		
20	ml	Zitronensaft					
0,2	l	Sahne 30 % Fett			Milch		
Jodsalz							
Pfeffer							
Petersilie, frisch							
600	g	Nudeln ohne Ei	XY		Gluten (Weizen)		

• Kennzeichnung festlegen



Klarname

- Paniertes Putenschnitzel (enthält Weizen) mit Salzkartoffeln, Blumenkohl und Käsesoße (enthält Weizen, Milch, Sellerie)

Codierung mit Buchstaben/Zahlen (Legende)

- Paniertes Putenschnitzel (A1) mit Salzkartoffeln, Blumenkohl und Käsesoße (A1, G, I)

Codierung mit Zahlen (Legende) **Vorsicht: Codierung Zusatzstoffe!**

- Paniertes Putenschnitzel (1) mit Salzkartoffeln, Blumenkohl und Käsesoße (1, 13, 23)

Intuitive Codierung (Legende)

- Paniertes Putenschnitzel (Wz) mit Salzkartoffeln, Blumenkohl und Käsesoße (Wz, M, Sel)

• Kennzeichnung festlegen

Klarname	Alphabetisch mit Zahlen	Alphabetisch	Numerisch	Intuitiv
Glutenhaltiges Getreide	A	A	1	G
Weizen	A1	ohne Codierung, nur intern dokumentiert	2	Wz
Roggen	A2		3	Ro
Gerste	A3		4	Ge
Hafer	A4		5	Haf
Dinkel	A5		6	Di
Kamut (oder Hybridstämme)	A6		7	Kam
Krebstiere	B		B	8
Eier	C	C	9	Ei
...
Schalenfrüchte (=Nüsse)	H	H	14	Sch
Mandeln	H1		15	Man
...				
Sellerie	I	I	23	Sel
...

• Kennzeichnung festlegen



Frühstück als Buffet, Schulkiosk, Schülerfirma

- **Empfehlung: schriftlich in einer Kladde (als Auflistung aller Lebensmittel)**
 - handschriftlich oder
 - Zutatenlisten aus der Verpackung ausschneiden und aufkleben oder
 - Excel-Tabelle erfassen
- an zentraler Stelle auf die Kladde hinweisen
- [Kladde Frühstücksbuffet](#)

Mittagessen

- **Empfehlung: (schriftlich) codieren auf dem Speiseplan**

• Kennzeichnung festlegen



ZUSATZSTOFFE		
Code	Kennzeichnungselement	Bemerkung
1	"mit Farbstoff"	E 100 - E 180
2	"mit Konservierungsstoff" oder "konserviert"	E 200 - E 219, E 230 - E 235, E239, E 242, E 249 - E 252, E 280 - E285, E1105
3	"mit Antioxidationsmittel"	E 310 - E 321
4	"mit Geschmacksverstärker"	E 620 - E 640
5	"mit Phosphat"	E 338 - E 341, E 450 - E 452 (bei Fleischerzeugnissen)
...
....

• Gute Hygienepraxis



Ziel:

Vermeiden von unbeabsichtigten Vermischungen = Kreuzkontaminationen

Allergenbewusst arbeiten ...

- ... Einkauf/Wareneingang
- ... Lagerung
- ... Produktion (Kochen/Zubereiten)
- ... Speisenausgabe

• Gute Hygienepraxis



Allergene können unbeabsichtigt in Speisen gelangen:

- über Ausgabe-Besteck
- über Hände, Einmalhandschuhe
- über Brat- oder Frittierfett, Konvektomaten
- über Backformen, Backöfen, Brotkörbe, Toaster
- über Messer, Schneidbretter, Arbeitsflächen
- über Waagen (Einwiegen von Zutaten)
- offene Speisen/vorbereitete Zutaten
→ **daher immer abdecken**

Beispiel



Montag

Fischragout

mit Bandnudeln

Frische Blattsalate
mit Balsamico-
Vinaigrette

Rote Grütze mit
Vanillesoße

Mittagessen

- a) Ermitteln Sie anhand der Beispielrezepturen die enthaltenen Allergene und Zusatzstoffe.
- b) Kennzeichnen Sie das Menü im Speiseplan entsprechend der Legende.

Kennzeichnung Speiseplan



Montag

Fischragout

(1, 4)

(A1, D, F, G, I, K)

mit Bandnudeln

(A1)

Frische

Blattsalate mit

Balsamico-

Vinaigrette

(K, M) (1, 3)

Rote Grütze mit

Vanillesoße (G)

Zusatzstoffe:

- 1 mit Farbstoff
- 2 mit Konservierungsstoff
- 3 mit Antioxidationsmittel
- 4 mit Geschmacksverstärker

Allergene:

- | | |
|----|-----------------------------|
| A1 | Weizen |
| D | Fisch |
| F | Soja |
| G | Milch |
| I | Sellerie |
| K | Senf |
| M | Schwefeldioxid oder Sulfite |

Was tun im Notfall?



**Notruf
112**

Wer ruft an? Welche Kita/Schule? Wo?

*Kind mit schwerer allergischer
Reaktion – Notarzt erforderlich*

- Leisten Sie keine Ernährungsberatung!
- Sie müssen über die Zusammensetzung der Speisen informieren, jedoch nicht über die Eignung für das Kind.
- Niemals unsichere Informationen geben – lebensbedrohliche Folgen möglich.
- Falls Sie unsicher sind: „*Tut mir leid, ich kann Ihnen keine sichere Auskunft geben.*“

Quellenangabe und Empfehlung



Leitfaden Allergenmanagement für Einrichtungen der
Gemeinschaftsverpflegung

Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten, Bayern

www.ernaehrung.bayern.de (kostenlos)

Nahrungsmittelunverträglichkeiten in der Kita- und Schulverpflegung

Dienstleistungszentrum Ländlicher Raum Rheinland-Pfalz

www.ernaehrungsberatung.rlp.de (kostenlos)

Praxisleitfaden „Allergenmanagement loser Ware“

(S. Beste, S. Osiander, M. Steinröder)

Behr's Verlag Hamburg, 1. Auflage 2014

www.behrs.de

Ansprechpartner



Ihre zuständige Lebensmittelüberwachung

Beratungstelefon „Kita gesund & lecker“

0211 / 3809 – 711

kita@vz-nrw.de

www.kitaverpflegung.nrw.de

Beratungstelefon Vernetzungsstelle Schulverpflegung NRW

0211 / 3809 – 714

schulverpflegung@vz-nrw.de

www.schulverpflegung.nrw.de

Vielen Dank!



© Gorilla - Fotolia