

Einige Tipps, die Ihnen die Speisenauswahl erleichtern...

- Trinken Sie reichlich (z.B. Mineralwasser, ungesüßten Früchtetee)
- Essen Sie möglichst häufig Salat, Gemüse und frisches Obst
- Essen Sie Getreide und Getreideprodukte möglichst aus Vollkorn (z.B. Vollkornbrot, Naturreis, Vollkornnudeln)
- Verzehren Sie ausreichend Milchprodukte
- Essen Sie kleine Mengen Fleisch und bevorzugen Sie fettarme Sorten
- Planen Sie 2x wöchentlich eine Fischmahlzeit ein
- Verwenden Sie Fette sparsam und bevorzugen Sie pflanzliche Fette
- Sparen Sie bei Süßem und Alkohol

Erklärung zum Ernährungskreis

Mengenvorschläge zu Ihrer Orientierung pro Tag

Gruppe 1

Getreide/-erzeugnisse, Kartoffeln

Brot: 200-300g (4-6 Scheiben) oder
Brot: 150-250g (3-5 Scheiben) und
Getreideflocken: 50-60g insgesamt
Kartoffeln: 200-250g (gegart) oder
Teigwaren: 200-250g (gegart) oder
Reis: 150-180g (gegart)
Produkte aus Vollkorn bevorzugen

Gruppe 2

Gemüse, Salat

Gemüse: insgesamt 400g und mehr
Gemüse: 300g gegart und
Rohkost/Salat: 100g oder
Gemüse: 200g gegart und
Rohkost/Salat: 200g

Gruppe 3

Obst

2-3 Portionen Obst (250g) und mehr

Gruppe 4

Milch, Milchprodukte

Milch/Joghurt: 200-250g
Käse: 50-60g
Fettarme Produkte bevorzugen

Gruppe 5

Fleisch, Wurst, Fisch, Ei

Pro Woche:
Fleisch und Wurst: 300-600g
fettarme Produkte bevorzugen
Fisch: Seefisch fettarm 80-150g
und Seefisch fettreich: 70g
Ei: bis zu 3 Stück
(inkl. verarbeitetes Ei)

Gruppe 6

Fette, Öle

Butter, Margarine: 15-30g
Öl (z.B. Raps-, Soja-, Walnuss-): 10-15g

Gruppe 7

Getränke

Insgesamt mindestens 1,5 Liter
Energiearme Getränke bevorzugen



DGE-Ernährungskreis®, © Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V., Bonn

Allgemeines

Die Saarland Kliniken kreuznacher diakonie sind ein wirtschaftlich selbständiger Geschäftsbereich der Stiftung kreuznacher diakonie. Sie unterhalten eine Krankenpflegeschule und bieten Ausbildungsplätze in der kaufmännischen Abteilung und in den Verpflegungsbetrieben an. Die Saarland Kliniken kreuznacher diakonie betreuen täglich ca. 270 stationäre Patient/-innen und bieten ca. 600 Mitarbeitenden einen Arbeitsplatz.

Die Saarland Kliniken kreuznacher diakonie sind nach dem Qualitätsmanagementsystem DIN EN ISO 9001:2008 zertifiziert.



Träger

Die Stiftung kreuznacher diakonie nimmt teil am Auftrag der Kirche, Gottes Liebe zur Welt in Jesus Christus allen Menschen zu bezeugen. Sie weiß sich diesem Auftrag verpflichtet und beteiligt sich seit ihren Anfängen an der Diakonie als Wesens- und Lebensäußerung der Kirche und nimmt sich besonders der Menschen in leiblicher Not, in seelischer Bedrängnis und in sozial benachteiligten Verhältnissen an. Diesen Auftrag fördern in besonderer Weise die Diakonischen Gemeinschaften der Stiftung kreuznacher diakonie.

Die Stiftung kreuznacher diakonie ist eine große, gemeinnützige und mildtätige kirchliche Stiftung des öffentlichen Rechts und wurde 1889 in Bad Sobernheim als Diakonissen-Mutterhaus gegründet. Heute hat die Stiftung kreuznacher diakonie ihren Sitz in Bad Kreuznach und ist Träger von Einrichtungen in Rheinland-Pfalz, Saarland und Hessen.

Durch die Angebote der Geschäftsbereiche der Stiftung kreuznacher diakonie erfahren Menschen in vielfältiger Weise Hilfe zum Leben. Dazu gehören Krankenhäuser, Hospize, Wohnungen und Werkstätten für Menschen mit körperlichen und geistigen Behinderungen sowie psychischen Erkrankungen. Darüber hinaus ist die Stiftung Träger von Betreuungs- und Wohnangeboten für Menschen im Alter. Hilfen für Kinder, Jugendliche und Familien, für Menschen ohne Wohnung sowie Qualifizierungsprojekte für Menschen, die am Arbeitsmarkt benachteiligt sind, gehören ebenfalls zur Stiftung kreuznacher diakonie. In allen Arbeitsbereichen gibt es stationäre und ambulante Angebote. Zudem bietet die Stiftung kreuznacher diakonie rund 1.000 Aus-, Fort- und Weiterbildungsplätze in pflegerischen, pädagogischen und diakonisch-theologischen Berufen.

Mehr als 8.500 Menschen nehmen täglich Dienstleistungen der Stiftung kreuznacher diakonie in Anspruch. Rund 5.500 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter haben einen Arbeitsplatz bei der Stiftung kreuznacher diakonie.

Impressum 4. Auflage

Herausgeber Saarland Kliniken kreuznacher diakonie
Verantwortlich Geschäftsführung / Leiter Verpflegungsbetriebe
Theodor-Fliedner-Straße 12 · 66538 Neunkirchen
Tel. 06821/901-0 · Fax 06821/901-100
E-Mail: info@saarlandkliniken.de
www.saarlandkliniken.de

Redaktion Bianca Spreitzer / Bernd Merker, Verpflegungsbetriebe
Layout Referat Öffentlichkeitsarbeit · Stiftung kreuznacher diakonie
Fotos Saarland Kliniken kreuznacher diakonie
Grafik transformdesign · Silke Andrea Schmidt · Berlin
Auflage 2.500 Exemplare · März 2012

Evang. Stadtkrankenhaus (EVK) Saarbrücken



Fachabteilungen: Innere Medizin,
Chirurgie, interdisziplinäre Intensiv-
Abteilung, Schmerztherapie sowie
Orthopädie, Paul Marien Hospiz

Fliedner Krankenhaus Neunkirchen



Fachabteilungen: Innere Medizin, Dia-
betologie/Endokrinologie, interdiszipli-
näre Intensiv-Abteilung, Psychiatrie
und Psychotherapie mit Tagesklinik für
psychisch Kranke, Fortbildungszentrum



Speisekarte

für das Evangelische Stadtkrankenhaus Saarbrücken
und das Fliedner Krankenhaus Neunkirchen

www.saarlandkliniken.de

Gesund essen... und genießen!

Im Krankenhaus ist neben der pflegerischen und medizinischen Betreuung ein gutes Essen ein wichtiger Faktor für die Genesung. Hierzu trägt das Verpflegungsteam gerne mit abwechslungsreichen Menüs bei, die viele Wahlmöglichkeiten offen lassen.

Jeder mehrtägige Aufenthalt in einer Klinik hat einen ernsten und wichtigen Hintergrund und dient einem persönlichen Ziel: Ihrer Genesung! Dieses Ziel unterstützen wir mit einer ausgewogenen Ernährung. Alle Mahlzeiten werden von uns so zusammengestellt, dass Sie mit allen Nährstoffen sowie mit den Vitaminen und Mineralstoffen versorgt werden, die Sie benötigen.



Die Mahlzeiten werden für Sie in unserer Küche frisch zubereitet und Ihnen auf der jeweiligen Station serviert. Für den Aufnahmetag bereiten wir für Sie ein leicht bekömmliches Menü. Der behandelnde Arzt legt dann die Kostform fest, die Sie während Ihres Aufenthaltes erhalten.

Aus dem Speisenplan, der wöchentlich vom Verpflegungsteam der Saarland Kliniken kreuznacher diakonie zur Verfügung gestellt wird, können Sie sich Ihre Speisen aus den angebotenen Menüs entsprechend Ihrer Kostform individuell zusammenstellen. Durch eine Auszeichnung der Nährwerte können Sie sich Ihr Menü auch diesbezüglich nach Ihren Wünschen

gestalten. Wenn diese Wahlmöglichkeiten einmal aus medizinischen Gründen eingeschränkt werden, dann sorgen wir gerne nach Rücksprache für ebenso schmackhafte Alternativen.

Die Speisenerfassung – Unser Service für die Kunden

Da wir Sie so individuell wie möglich versorgen möchten, werden Sie von den Pflegemitarbeitenden nach Ihren Essenswünschen befragt. Mit unserem Menübestellsystem werden Ihre Speisenwünsche schnell und problemlos an die Küche weitergeleitet. Auch Abneigungen und Unverträglichkeiten können von den Pflegemitarbeitenden eingegeben und somit in der Küche berücksichtigt werden.

Unser Verpflegungsangebot für Sie

Unsere Speisenversorgung zeichnet sich aus durch:

- individuelle Betreuung
- hohe Vielfalt und Abwechslungsreichtum
- Verwendung von frischen Lebensmitteln
- viel Obst, Gemüse und Salate

Darüber hinaus berücksichtigen wir regionale Ernährungsgewohnheiten ebenso wie die neuesten Erkenntnisse der Ernährungswissenschaft.

Das Verpflegungsteam der Saarland Kliniken kreuznacher diakonie



Ursula Schaubitzer
LtD. Diätassistentin



Bianca Spreitzer
Qualitäts- und Hygienebeauftragte



Christina Probst
Diätassistentin



Speisenverteillband Neunkirchen



Peter Probst
Produktionsleiter



Bernd Merker
Leiter Verpflegungsbetriebe



Gerd Ninnig
Produktionsleiter

Ihre Ansprechpartner

Berechtigterweise werden heute höhere Anforderungen an das allgemeine Fachwissen und Können der Mitarbeiter gestellt, die an der Gemeinschaftsverpflegung beteiligt sind. Deshalb nehmen alle Küchenmitarbeitende regelmäßig an internen und externen Fortbildungsveranstaltungen teil. Durch regelmäßige Befragungen erfahren wir mehr über Ihre Erwartungen und Wünsche bezüglich der Speisenversorgung und passen so unser Angebot an Ihre Bedürfnisse an.

- Sollen Sie eine bestimmte Diät einhalten?
- Sind Sie Diabetiker?
- Haben Sie Gicht?
- Oder möchten Sie einfach nur gesund genießen?

Wenn Sie nicht genau wissen, was Sie essen und trinken sollen, oder zu der ärztlich verordneten Kostform Fragen haben – dann wenden Sie sich an unser Ernährungsteam.

Ansprechpartner:

Leiter Verpflegungsbetriebe

Bernd Merker
Tel. 06821 / 901-161 · Fax 06821 / 901-169
E-Mail: merkerbe@kreuznacherdiakonie.de

Produktionsleiter Neunkirchen

Peter Probst
Tel. 06821 / 901-160 · Fax 06821 / 901-165

Diätbüro Neunkirchen

Ursula Schaubitzer
Tel. 06821 / 901-162

Mitarbeitercafeteria Neunkirchen

Petra Müller / Gabriele Tieck
Patricia Wagner / Ursula Pfeifer
Tel. 06821 / 901-172

Qualitäts- und Hygienebeauftragte

Bianca Spreitzer
Tel. 06821 / 901-164

Wir freuen uns auf Sie! Ihr Verpflegungsteam

Produktionsleiter Saarbrücken

Gerd Ninnig
Tel. 0681 / 3886-140 · Fax 0681 / 3886-204

Diätbüro Saarbrücken

Christina Probst
Tel. 0681 / 3886-698



Mitarbeitercafeteria Neunkirchen