Aufgetischt

menuandmore
Weil Kinder das Grösste sind!

Das Jahresmagazin für alle,
die an gesunder Kinderverpflegung
interessiert sind.
Ausgabe 2022

Ernährung

Wie funktioniert Nudging?

Fakten, Tipps und eine Checkliste für die Praxis.

Nachhaltigkeit

Vegetarisch and more!

Wir tüfteln weiter an vegetarischen Menüs.

News

Die Zukunft kann kommen!

Die Planung des neuen Standorts läuft auf Hochtouren.

Gleichberechtigung der Geschlechter wird bei menuandmore grossgeschrieben. Wir haben jedoch in unserem Jahresmagazin darauf verzichtet, jeweils beide Geschlechter konsequent zu nennen, wo keine geschlechterneutrale Formulierung möglich war, um die Leserlichkeit der Texte zu verbessern. Auch bei Nennung nur jeweils eines Geschlechtes sind immer beide gemeint.

Editorial

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Wir haben in den vergangenen Jahren viel erlebt und noch mehr für die Kinder von heute in ein zukunftsfähiges Morgen investiert. Die vielen kleinen und grossen Schritte haben wir nur geschafft, weil wir auf zahlreiche begeisterungsfähige, ehrliche und zuverlässige Partnerinnen, Lieferanten und Kundinnen an unserer Seite zählen dürfen. Dafür möchten wir uns ganz herzlich bei Ihnen bedanken – und Ihnen mit unserem Jahresmagazin «Aufgetischt» einen Blick hinter unsere Kulissen gewähren.

Wir beginnen mit ein paar wenigen Worten zur Corona-Krise: Dank bereits vor der Pandemie implementiertem Krisenmanagement waren wir in der Lage, lückenlos zu liefern und unseren Kundinnen als verlässliche, flexible und kulante Partnerin zur Seite zu stehen. Zudem unterstützten wir die Corona-Hilfsaktion von Amine Conde Diare über mehr als zwei Monate hinweg mit frischen Mahlzeiten (Seite 20).

Über den eigenen Tellerrand hinausblicken möchten wir auch im vorliegenden Jahresmagazin. Zusammen mit der Wissenschaftlerin Prof. Dr. Christine Brombach von der ZHAW verraten wir beispielsweise, wie wir Kinder und Jugendliche «anstupsen» können, sich ohne Zwang für gesunde Mahlzeiten zu entscheiden (Seiten 6 bis 11).

Trotz oder gerade wegen der Krise sind wir unserer Rolle als nachhaltigste Verpflegungsanbieterin der Schweiz auch 2022 treu geblieben. Von der IP-SUISSE Zertifizierung bis zu «10 Jahre treibhausgasneutral»: Welche Projekte wir neu gestartet haben oder wo wir uns weiter verbessern konnten, erzählen wir auf den Seiten 12 bis 21.

Dass wir mittlerweile täglich über 580 Mittagstische verköstigen dürfen, macht uns stolz. Unser Wachstum verlangt aber auch eine weitsichtige Planung. Nach Jahren intensiver Suche haben wir in Spreitenbach einen perfekten neuen Standort gefunden, von wo aus wir auch in Zukunft absolute Versorgungssicherheit garantieren können (Seite 22). Die Vorfreude ist riesig und die Arbeiten laufen bereits auf Hochtouren.

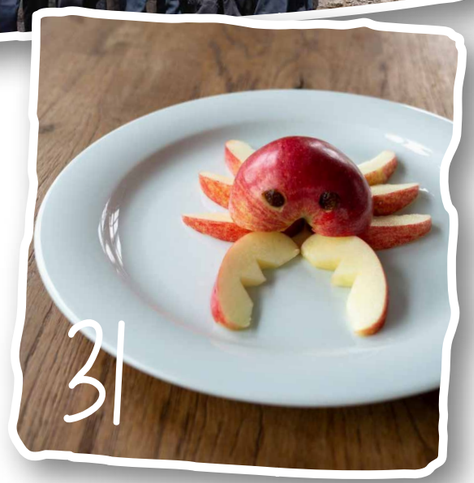
Neben den grossen Meilensteinen haben wir uns im letzten Jahr auch über viele kleine Momente gefreut (Seiten 22 bis 26). Endlich wieder Erlebnisnachmittage auf dem Bio-Bauernhof. Endlich wieder einen Betriebsausflug. Und endlich wieder anstossen und Pläne schmieden mit unseren Kundinnen, Partnern und Lieferantinnen. Einmal mehr wurde uns dabei klar: Zusammen ist es einfach besser!

In diesem Sinn: Wir wünschen Ihnen viel Spass beim Lesen von «Aufgetischt» und weiterhin «en Guete».

Markus Daniel
Geschäftsführer
Menu and More AG

Stefanie Schweizer
Leiterin Marketing, Kommunikation und Events
Menu and More AG

Inhalt



Ernährung

6 Nudging: Wie Schulen zu gesunden Genussorten werden

Verantwortung

12 Geschafft: Wir sind IP-SUISSE zertifiziert!
13 Vegetarische Menüs im Fokus
14 Ausgezeichnet nachhaltig
15 Gesunde Menüs für Caritas
16 Unser Ziel: emissionsfrei liefern
17 10 Jahre treibhausgasneutral
17 Regional und lokal einkaufen
18 Herausforderung Plastik
19 Slow Mobil: kochen im umgebauten Bauwagen
20 Corona-Aktion "Essen für alle"
21 Zusammen für Kinder in Not

menuandmore news

22 Diverse Neuigkeiten von menuandmore

Menschen bei menuandmore

28 News aus dem Team

Tipps und Tricks

31 Tipps für gesunde Znüni und Zvieri

IMPRESSUM
Ausgabe 2022, erschienen im Januar 2023

Herausgeberin
Menu and More AG
Sihlquai 340
8005 Zürich
044 448 26 11
info@menuandmore.ch
www.menuandmore.ch
Ein Unternehmen der Eldora-Gruppe

Konzeption / Text
Menu and More AG
in Zusammenarbeit mit
Laura Bösiger
www.bildtextzahl.ch

Gestaltung
Tube Design GmbH
www.tubedesign.ch

Druck
Bühler Druck AG
www.buehler-druck.ch

Auflage
1'800 Exemplare,
erscheint jährlich in
deutscher Sprache

Fotos
S. 19: Slow Mobil CH
S. 21: Stiftung SOS-Kinderdorf
S. 3, 22: KIRKBI AG
Übrige Bilder: menuandmore

Klimaneutral gedruckt auf FSC-zertifiziertes Papier aus 100 % Recycling-Fasern, ausgezeichnet mit dem «Blauen Engel».

Das Jahresmagazin kann auch online auf www.menuandmore.ch unter dem Downloadbereich abgerufen werden.

Nudging: Wie Schulen zu gesunden Genussorten werden

Gesundes Essen will gelernt werden – nicht nur zuhause, sondern auch am Mittagstisch in der Schule. Die renommierte Wissenschaftlerin Prof. Dr. Christine Brombach über Möglichkeiten, ohne Druck auszuüben das Ernährungsverhalten von Kindern und Jugendlichen mit einfachen Massnahmen positiv zu beeinflussen.

Täglich ein paar «Rüebli-Sticks» zum Znüni, am Wochenende Popcorn vor dem Fernseher oder nach dem Zimmeraufräumen ein Schoggi-Glacé zur Belohnung: Das Ernährungsverhalten von Kindern wird früh entwickelt, nicht nur zuhause, sondern auch beim Essen ausser Haus. Je mehr Kinder und Jugendliche an Mittagstischen in der Schule essen, desto mehr wird auch die Aufgabe der Ernährungsbildung auf die Schule übertragen. Die Einführung der Tagesschulen in verschiedenen Städten verstärkt diese Verschiebung in der Aufgabenteilung zwischen Familie und Bildungsinstitutionen noch einmal deutlich. Ein guter Grund, zusammen mit menuandmore genauer unter die Lupe zu nehmen, wie Schülerinnen und Schüler «angestupst» werden können, eine ausgewogene Menüwahl zu treffen.

Bestimmt das Angebot die Nachfrage?
Bereits heute kennen Schulen, die Mitarbeitenden der Mittagstische und die Köchinnen und Köche hinter den Zmittags-Menüs die Kniffs einer schmackhaften und gesunden Kost für Kinder und Jugendliche. Um das Angebot an ausgewogenen Menüs positiv zu beeinflussen, regeln beispielsweise die Richtlinien der Stadt Zürich, was wie und in welcher Zusammensetzung auf dem Teller landen soll. Das ist gut und wichtig. Doch essen Kinder auch, was angeboten wird? Und können Kinder dazu angeregt werden, bei mehreren zur Auswahl stehenden Mahlzeiten einen gesunden Menü-Entscheid zu treffen? Dies vorweg: Das können sie. Und es braucht dafür weit mehr als «nur» schmackhafte Menüs.

Die Bedeutung der Essensumgebung

Essen ist ein emotionales Thema. Mahlzeiten sind immer ein gemeinsames Erleben, Teilen von Normen und Werten und Ausdruck von Zugehörigkeit und Kultur. Damit spielt bei der Ernährungsbildung nicht nur die Angebotsgestaltung, sondern auch die Essensumgebung eine entscheidende Rolle. Der Akt des Essens wird von vielen Faktoren beeinflusst und geprägt (Abbildung 1).

Grundsätzlich gibt es zwei Möglichkeiten, auf die Ernährungsweise und das Ernährungsverhalten von Schulkindern Einfluss zu nehmen: sogenannte Massnahmen zur Veränderung des individuellen Verhaltens – oder die Veränderung der Umgebung, in welcher Kinder und Jugendliche essen.
Der Blick auf verschiedene wissenschaftliche Untersuchungen zeigt klar, dass es hilfreich und vielfach einfacher ist, die Umgebungsverhältnisse zu ändern, als auf eine individuelle Verhaltensveränderung abzuzielen. Das Verhalten von Kindern zu ändern, ist aufwändig – und es muss immer wieder trainiert werden. Das Umgestalten des Raums, in welchem gegessen wird, ist hingegen oft einfacher. Hier sind Schulen als Umsetzungsort besonders geeignet. Zum einen, weil viele Kinder auf einmal erreicht werden können, und zum anderen, weil Schulen als Lernort hier auch besondere Fürsorgepflichten haben. Kinder haben zum Beispiel im Vergleich zu Erwachsenen einen erhöhten Bedarf an bestimmen Mineralstoffen und Vitaminen. Und Kinder können auch noch nicht alle Entscheidungen, die sie für sich in Bezug auf Essen treffen, in ihren Konsequenzen auf ihre Gesundheit abschätzen.

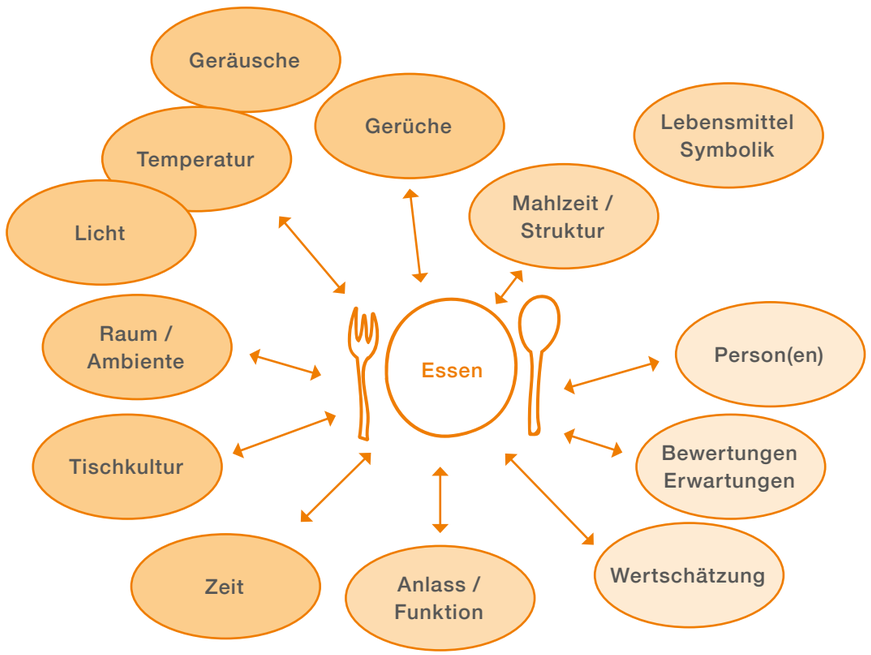


Abbildung 1: Einflussfaktoren auf unser Essen

In unserem Webshop finden Sie die Video-Aufnahme unseres informativen Webinars «Nudging: Wie Lebensmittel geschickt platziert werden»

Nudging – das Konzept des Anstupsens

In Bezug auf die Umsetzung von konkreten Massnahmen zur Veränderung der Umgebungsverhältnisse lohnt sich der Blick in die Welt des Nudgings. Der Begriff Nudging entstammt dem englischen Verb «to nudge», was so viel bedeutet wie «anstossen» oder «stupsen». Und genau unter dieser Bedeutung wird der Begriff auch in der Wissenschaft verwendet. Er taucht im Zusammenhang mit präventiv wirkenden Konzepten auf, welche Entscheidungen von Verbraucherinnen und Verbrauchern (unbewusst) beeinflussen. Die Grundidee von Nudging besteht darin, dass Personen durch bestimmte Veränderungen des Angebotes zu vorteilhaften oder wünschenswerten Verhaltensweisen und Entscheidungen motiviert werden, ausdrücklich ohne Zwang oder Druck von aussen auszuüben.

Nudging in der Schulverpflegung
Das gilt auch für die Schulverpflegung. Bei Nudging in schulischen Einrichtungen ist es gemäss einer wissenschaftlichen Publikation von Andrew Hanks, David Just und Brian Wansink aus dem Jahr 2013 wichtig, Kindern keine gesunde Mahlzeit aufzuzwängen, da dies zu einem abwehrenden Verhalten führen kann. In ihrer Studie zeigten die Autoren exemplarisch auf, wie alleine eine bessere Zugänglichkeit zu Früchten und Gemüse, die Steigerung der Attraktivität von gesundem Essen und die Etablierung von gesundheitsfördernden Normen in der Gemeinschaftsverpflegung an einer Schule zu gesünderen (unbewussten) Essentscheidungen aus freiem Willen führten. Kleine Umgebungsveränderungen, die weniger als drei Stunden Zeit beanspruchten und weniger als 50 Dollar kosteten, führten dazu, dass die Studierenden mehr Früchte (4,6%) und Gemüse (2%) konsumierten. Dies zeigt auf, dass bereits kleine, situative Veränderungen gesündere Essentscheidungen bewirken können.

Autorin

Der Leitartikel basiert auf einem Fachartikel von Prof. Dr. Christine Brombach. Brombach arbeitet als Dozentin an der Forschungsgruppe Sensorik am Institut für Lebensmittel und Getränkeinnovation an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW) in Wädenswil. Sie studierte in Giessen, Deutschland und Knoxville, TN, USA, Ernährungs- und Haushaltswissenschaften. Nach dem Diplom in Giessen erwarb sie sich einen Master of Science in Nutrition mit dem Schwerpunkt Gerontologie in Manhattan, KS, USA. Sie promovierte an der Universität Giessen zum Thema «Ernährungsverhalten von Frauen über 65 Jahren». Vier Jahre leitete sie als Projektkoordinatorin die Nationale Verzehrstudie II am Max Rubner-Institut in Karlsruhe, Deutschland.

Nudging – eine Anleitung für die Praxis

Welche Ideen einfach in der Praxis umgesetzt und wie die Schule zu einem gesunden Genussort werden kann, zeigen wir im Folgenden Schritt für Schritt auf – von den Grundsätzen über die Prozessplanung bis zu konkreten Umsetzungsideen. Immer mit Fokus auf den Ort, an dem gegessen wird. Denn in der Cafeteria, am Mittagstisch oder in der Mensa entscheiden Kinder und Jugendliche, was und wie viel sie essen möchten.

Die Grundsätze – um was geht's

Wie viel kostet mich der Zmittag? Wie lange muss ich dafür anstehen? Oder wie fest macht der Menü-Name Lust auf mehr? Es gibt viele Faktoren, welche die Essensentscheidungen beeinflussen. Die wichtigsten Grundsätze im Überblick:

- **Angebot:** Wird etwas nicht angeboten, kann es auch nicht gewählt werden.
- **Zugänglichkeit:** Ist die Warteschlange beim Salat länger, wird eine andere Speise gewählt, weil die Zeit knapp ist und bei anderen Angeboten schneller das Essen erreicht werden kann.
- **Preis:** Sind zum Beispiel Fruchtsäfte günstiger als Wasser, werden diese gewählt. Der Preis entscheidet.
- **Präsentation:** Wenn es nicht lecker und interessant aussieht oder tönt, wird es nicht gewählt. Auch unklare Namensgebungen können die Wahl negativ beeinflussen.
- **Positionierung:** Was in Augen- und/oder Griffhöhe steht, wird vorzugsweise gewählt.
- **Zeit:** Ist die Zeit knapp, wird eher gegessen, was schnell geht – und auch, was schnell gegessen werden kann.

Die Erfolgskriterien – worauf muss ich achten?

Gemäss einer Publikation des Kompetenzzentrums für Ernährung (KErn) aus dem Jahr 2016 sind Nudging-Massnahmen in der Schule immer dann erfolgreich in der Umsetzung, wenn:

- sie mit geringem Aufwand und ohne grosse ökonomische Einbussen realisierbar sind.
- sie direkt dort, wo die Schülerinnen und Schüler essen und bei der Speiseausgabe, verwirklicht werden.
- sie eher unbewusst wahrgenommen werden.
- sie die gesunde Essenswahl einfacher machen.
- sie weiterhin die volle Wahlfreiheit lassen.

Der Prozess - wie muss ich vorgehen?

Bevor mit dem gezielten Nudging begonnen wird, empfiehlt es sich, sich mit allen an der Verpflegung beteiligten Personen an den Tisch zu setzen und sich auf bestimmte Massnahmen zu einigen. Dabei gilt es:

- den möglichen Bedarf zu analysieren,
- die Ziele gemeinsam festzulegen,
- die Zielgruppe gut zu beobachten
- und die Nudges und Umsetzung gut zu planen.

Ein wichtiger Teil ist auch die Dokumentation und die Vergleichbarkeit. Dazu muss die Ausgangssituation sorgfältig – zum Beispiel durch die Anzahl der verkauften Mengen und Portionen – erfasst werden, um nach der Einführung der Nudges mögliche Veränderungen überprüfen zu können. Auch sollte eine regelmässige Verlaufsanalyse erfolgen, um langfristige Wirkungen festzuhalten.

Nudging-Checkliste zum Abhaken

Grösse/Menge

- [ ] Weniger ist mehr: Desserts in kleinen Schälchen anrichten
- [ ] Grosses sticht ins Auge: Früchte in grossen Schalen präsentieren

Präsentation/Design

- [ ] Je gesünder, desto schöner: Speisen attraktiv auf dem Teller arrangieren
- [ ] Das gewisse Etwas: In kreative Garnituren investieren
- [ ] Eyecatcher: Mehr Attraktivität dank Design und schöner Form von Geschirr
- [ ] «Frisch aus dem Garten» statt vegi/vegan: gesunden Speisen lustvolle Namen geben

Kennzeichnung/ Labeling

- [ ] In den Mittelpunkt: Attraktive Musterteller von gesunden Mahlzeiten ausstellen
- [ ] Flagge bekennen: Mahlzeiten mit Farbsystem kennzeichnen

Ambiente

- [ ] Ins Licht rücken: Buffet attraktiv ausleuchten
- [ ] Auf den ersten Blick: „Gesunde Bereiche“ optisch hervorheben

Nähe/Erreichbarkeit

- [ ] Ab ins Sichtfeld: Gesunde Speisen auf Augenhöhe und vorne platzieren
- [ ] Gesundes für die Bequemen: Salatbuffet von allen Seiten zugänglich machen

Verfügbarkeit

- [ ] Der Wiederholungseffekt: Gesunde Speisen mehrmals an verschiedenen Stellen anbieten (z. Bsp. Fruchtkörbe)
- [ ] Kein Warten: Gesundes zeitlich schneller verfügbar machen

Verhaltenshilfen

- [ ] Immer auf den ersten Platz: Nachhaltige Menüs und Beilagen auf dem Speiseplan zuerst aufführen
- [ ] Unaufdringliche Werbung: Bei der Ausgabe auf die gesunden Speisen hinweisen
- [ ] Aktive Angebote machen! Gesunde Beilagen aufzählen, weniger gesunde nur auf Nachfrage nennen

Hinweisreize

- [ ] Freude verbreiten: Smileys bei gesunden Speisen platzieren
- [ ] Aufklärung: Saisonkalender für Früchte und Gemüse aufhängen
- [ ] Die Macht von Bildern: Attraktive Fotos von bunten, ansprechenden und gesunden Mahlzeiten oder Lebensmitteln im Eingangsbereich platzieren

Kleine und grosse Schritte in eine nachhaltige Zukunft

menuandmore verpflegt Tag für Tag zahlreiche Kinder und Jugendliche an über 580 Mittagstischen in der Deutschschweiz. Die damit verbundene Verantwortung nehmen wir aus Überzeugung wahr – und schauen dafür konsequent über den eigenen Tellerrand hinaus.

Geschafft: Wir sind IP-SUISSE zertifiziert!

Um noch mehr Gutes für Mensch, Tier und Natur zu bewirken, arbeitet menuandmore seit vielen Jahren mit Bio-Produkten und seit diesem Jahr auch mit IP-SUISSE zusammen. Wir beziehen nicht nur IP-SUISSE Produkte aus nachhaltiger Produktion, sondern erfüllen neu auch die Anforderungen zur Verarbeitung nach IP-SUISSE. Das Label steht für naturnahe und ressourcenschonende Landwirtschaft, zum Beispiel für den Erhalt der Biodiversität und zeichnet – in Zusammenarbeit mit der unabhängigen Zertifizierungsstelle ProCert – Produkte aus, deren Produzenten auf eine umwelt- und tierfreundliche Produktion achten. Als erstes Produkt mit dem Label gekrönt haben wir unsere allseits beliebte Pizza mit Vollkornboden. Sie legt den Startschuss für viele weitere leckere Mahlzeiten. Der Weg dahin ist anspruchsvoll, aber wir bleiben unserer Haltung treu und sagen: Herausforderung angenommen!

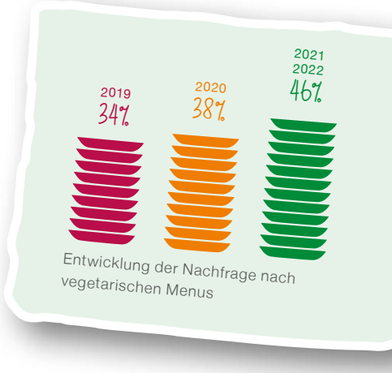
Vegetarische Menüs im Fokus

Die Gestaltung unseres Menüplans hat die grösste Auswirkung auf unseren ökologischen Fussabdruck. Deshalb steht die Entwicklung und Prüfung von neuen, schmackhaften vegetarischen Menüs als Alternative zum täglichen Fleischkonsum schon lange in unserem Fokus.

In den letzten Jahren ist einiges gegangen: menuandmore hat den vegetarischen Anteil im Angebot auf über die Hälfte erhöht und CO_2-intensive Fleischsorten wie Rind und Kalb zugunsten von Poulet reduziert.

Steigende Nachfrage
Dass wir damit auf dem richtigen Weg sind, zeigen uns auch unsere Kundinnnen und Kunden, welche die finale Menüauswahl treffen. Mit Freude dürfen wir verkünden: Die Nachfrage nach vegetarischen Menüs hat in den letzten Jahren von 34% (2019) auf 38% (2020) auf 46% (2021 und 2022) zugenommen. Wir nehmen diese Entwicklung als Ansporn, in unserer Küche am Sihlquai auch in Zukunft weiter an neuen, zusätzlichen, kinderbeliebten Kreationen herumzutüfteln.

Kritische Stimmen
«Friede, Freude, Marroni-Kuchen» also? Nicht ganz. Die Erhöhung des vegetarischen Angebots hat auch kritische Stimmen hervorgerufen. Das Zusammenspiel von Massnahmen und Austausch bleibt darum wichtig. Auch wichtig ist zu wissen: Das Fleisch verschwindet bei menuandmore nicht ganz vom Teller. Es leistet mit seinem hohen Gehalt an Spurenelementen wie Zink und Selen sowie B-Vitaminen einen wichtigen Beitrag zu einer ausgewogenen Ernährung. Klar ist auch: Bei tierischen Produkten haben wir hohe Standards. Wir verwenden Poulet aus besonders tierfreundlicher Stallhaltung (BTS) und ausschliesslich Schweizer Fleisch.



Entwicklung der Nachfrage nach vegetarischen Menus

«Unterstützung vom Profi»

Bei der Kreation von neuen vegetarischen Menüs unterstützt uns neu Franziska Stöckli. Die Spezialistin für Nachhaltigkeit, Ernährung und Kinderverpflegung hat mit dem Projekt «Greentopf» für Aufsehen gesorgt. Das Kochbuch Greentopf enthält über 200 vegetarische und vegane Rezepte aus der Schweiz und aller Welt und wurde zusammen mit Schülerinnen und Schülern entwickelt. Wir freuen uns, auch künftig voller Elan an Mahlzeiten mit einer tieferen Umweltbelastung zu tüfteln und sind stolz, mit Franziska Stöckli die perfekte Partnerin dafür gefunden zu haben. An die Töpfe, fertig, los!

Ausgezeichnet nachhaltig

Unser letzter, vierter nach GRI-Standard verfasster Nachhaltigkeitsbericht für die Periode 2017 bis 2019 wurde wie schon der dritte Bericht erneut durch «Focused Reporting» zu den besten Berichten der Schweiz gewählt. Wir sind stolz, dass wir als KMU neben den drei internationalen Grossunternehmen Barry Callebaut, Firmenich und Orior mit einem der besten vier Berichte überzeugen konnten. Das von engageability (Kompetenzzentrum für Nachhaltigkeit und Stakeholderengagement) und öbu initiierte Projekt ging 2021 in Partnerschaft mit RepRisk in die sechste Runde. Insgesamt wurden 151 Berichte analysiert und bewertet.

An diesen Erfolg möchten wir anknüpfen – für die Kleinen von heute und die Grossen von morgen; in enger Zusammenarbeit mit unseren Kundinnen, Mitarbeitenden, Partnern und Lieferantinnen. Denn: In einer komplexen Welt können moderne Unternehmen unmöglich alles alleine machen. Deshalb haben wir entschieden, unsere Partnerinnen und Partner im kommenden Bericht in den Fokus zu stellen. Aktuell arbeiten wir auf Hochtouren, damit wir den fünften Nachhaltigkeitsbericht von menuandmore pünktlich zum Frühlingsbeginn verschicken können.

Gesunde Menüs für Caritas

Wir bei menuandmore sind der Meinung: Gesundes Essen soll für alle erschwinglich sein. Seit mehr als 10 Jahren spenden wir darum überproduzierte Mahlzeiten und liefern diese täglich gratis an den Caritas-Markt in Oerlikon. Die Menüs können dort für einen symbolischen Preis eingekauft werden – und werden von der Kundschaft sehr geschätzt. «Einige Kunden kommen extra nur wegen dem frischen menuandmore-Essen zu uns», sagt Marco Callegari, Leiter Caritas-Märkte Zürich. «Gerade die grossen Portionen sind für die Familien eine grosse Unterstützung.»

Food Waste vermeiden
Food Waste möglichst zu vermeiden, ist sowohl Caritas als auch menuandmore ein grosses Anliegen. menuandmore achtet deshalb auch bei der Zubereitung der Menüs darauf, dass möglichst keine Lebensmittelabfälle entstehen. Mahlzeiten, welche noch haltbar sind aber nicht mehr verkauft werden können, bringt menuandmore kostenlos dem Caritas-Markt in Oerlikon. So kann Food Waste verringert und gleichzeitig bedürftigen Menschen Gutes getan werden. Speisereste, welche sich nicht mehr verwenden lassen, werden einer Biogasanlage zugeführt und dort zur Erzeugung von klimaneutralem Strom verwendet.

CARITAS Schweiz Suisse Svizzera Svizra

Erfahren Sie weitere Details zur Zusammenarbeit im Interview mit Marco Callegari, Caritas, im Video.

Unser Ziel: emissionsfrei liefern

Wer einsteht für einen verantwortungsvollen Umgang mit Ressourcen, der kommt auch an den Themen Mobilität und Transport nicht vorbei. Bei vier Fahrzeugen setzen wir bereits Solarpanels auf dem Dach ein, welche mit Sonnenenergie die Kühlstützbatterie speisen. Bei zwei weiteren geschieht dies über Strom aus Wasserkraft.

Das ist ein guter Anfang, reicht uns aber noch nicht. Das Ziel von menuandmore ist es, bis 2030 vollständig mit erneuerbaren Energien und emissionsfrei auszuliefern. Deshalb stellt menuandmore die Fahrzeugflotte schrittweise auf Modelle mit alternativem Antrieb um und ersetzt in den nächsten Jahren die Lieferwagen durch Elektrofahrzeuge. Eines ist bereits im Einsatz. Mittelfristig setzt menuandmore auf Wasserstoffantrieb als mögliche Alternative.

Nie mehr Umwege fahren
Um ein möglichst ökologisches Fahren sicherzustellen und Verbesserungspotenzial auszuloten, besuchen unsere Chauffeure regelmässig Kurse für sicheres und ökologisches Fahren und alle Fahrzeuge sind mit modernster Fahrzeug-Telematik ausgestattet. Im System sind mehr als nur die Tourenpläne hinterlegt. Die damit verbundene, intelligente Software kommuniziert aktiv mit unserem Transport-Team und lotst es verkehrsoptimiert auf dem schnellsten Weg zu unseren Kundinnen und Kunden.

Qualitätssicherung unterwegs
Auch der Kraftstoffverbrauch wird dokumentiert und dank Temperaturüberwachung kann die Qualität der Mahlzeiten auf dem Weg an die Mittagstische noch besser gesichert werden. Und falls spontan noch eine Zusatzbestellung reinschneit oder wir auf dem Heimweg noch etwas abholen sollen: Mit der neuen Software können wir vom Escher-Wyss-Platz aus Zusatzaufträge inklusive Adresse und Anmerkungen direkt an das Fahrzeug schicken.

10 Jahre treibhausgasneutral

menuandmore geht der Generation von morgen mit gutem Beispiel voran und ist als erste und einzige Verpflegungsanbieterin seit 10 Jahren treibhausgasneutral. Um das zu erreichen, ergreifen wir auf den verschiedensten Ebenen Massnahmen. Ein paar Beispiele: Unsere Chauffeure müssen möglichst umweltschonenden Fahren, dafür verwenden wir das Opti-Drive-System und nutzen Solarpanels auf Fahrzeugen zur Gewinnung von Sonnenenergie – und konnten die eingesetzte Energie pro produziertes Menü kontinuierlich senken. Bereits seit 2009 heizt menuandmore zudem mit Holzpellets, wir verfügen über eine Anlage zur Wärmerückgewinnung und verwenden Strom aus 100 Prozent Wasserkraft. Auch der gesamte Brief- und Paketversand von menuandmore erfolgt treibhausgasneutral mittels «pro clima». Alle nicht vermeidbaren CO_2-Emissionen werden durch Unterstützung von Gold zertifizierten Klimaprojekten kompensiert.

Wo liegt das Potenzial?

Der Lebensmittel-Sektor verursacht einen Drittel der weltweiten Treibhausgasemissionen. Eine klimafreundliche Ernährung hat somit ein grosses Potenzial, den Klimawandel zu reduzieren. Besonders belastend sind tierische Nahrungsmittel. So stösst beispielsweise die Produktion von Rindfleisch 17-mal mehr Treibhausgase aus als die von Tofu und 150-mal mehr als die von Kartoffeln. Auch Milchprodukte, vor allem Käse, weisen ein Vielfaches an CO_2-Ausstoss gegenüber pflanzlichen Alternativen auf. Schädliche Multiplikatoren für die CO_2-Bilanz sind mit dem Flugzeug transportierte, auf abgeholzten Waldflächen oder in fossil beheizten Treibhäusern produzierte sowie verschwendete Lebensmittel. Ein durchschnittliches Menü verursacht etwa 1'258 g CO_2 – ein «klimafreundliches» nur rund die Hälfte.

Regional und lokal einkaufen

Ein Unternehmen zu führen, heisst für uns, verantwortungsvoll zu handeln. Den grössten Teil unserer Produkte beziehen wir aus der Schweiz, wo wir oft auf strengere Richtlinien, wie zum Beispiel bei der Tierhaltung, zählen können. Mittlerweile stammen über 75 Prozent unserer Produkte aus inländischer Produktion. Die enge und partnerschaftliche Zusammenarbeit mit unseren Direktlieferanten – alle stammen aus der Schweiz – liegt uns besonders am Herzen. Zusammen mit ihnen haben wir einen Lieferantenkodex definiert, in welchem sich alle verpflichten, unsere Wertvorstellungen zu teilen und einzuhalten. Sämtliche Partnerinnen haben diesen Kodex unterzeichnet oder den Nachweis eines eigenen, gleichwertigen Kodex erbracht. Um uns die Wahl zu erleichtern und sie zu überprüfen, haben wir unsere Einkaufsbedingungen unmissverständlich und genau formuliert.

Herausforderung Plastik

menuandmore hat sich zum Ziel gesetzt, jederzeit diejenige Verpackung zu verwenden, welche die Lebensmittelsicherheit gewährleistet sowie die geringstmögliche Umweltbelastung verursacht. Immer wieder testen wir darum mögliche Alternativen zu Plastik, die ökologischer sind – und mit welchen wir dennoch die Lebensmittelrichtlinien einhalten können.

menuandmore verwendet Kunststoff bei der Verpackung von Speisen. Das sticht ins Auge, mehr noch als bei anderen Anbieterinnen, weil wir uns als nachhaltiges KMU einen Namen gemacht haben. Der Grund für unseren Entscheid für Kunststoff ist, dass es noch keine zufriedenstellende Alternative gibt. Was weniger offensichtlich ist: Die Umweltwirkung von Verpackungen im Zusammenhang mit Ernährung liegt gemäss dem Bericht der Energieforschung Stadt Zürich aus dem Jahr 2012 bei knapp unter 1 Prozent – und hat damit sehr geringe Relevanz in der Gesamtbilanz (Abbildung 1).

Wiederverwendbare Behälter – keine bessere Bilanz

Natürlich ist dies kein Grund, nicht nach Alternativen zu suchen. Deshalb haben wir unter anderem in Zusammenarbeit mit der Fachhochschule Nordwestschweiz die Umweltwirkungen von wiederverwendbaren Behältern untersucht. Das Fazit: Es hat sich gezeigt, dass diese im Vergleich zur Kunststoffverpackung beinahe gleich ausfallen. Beide Verpackungsarten wurden als empfehlenswert betrachtet.

Schlechte Noten für biologisch abbaubare Verpackungslösungen

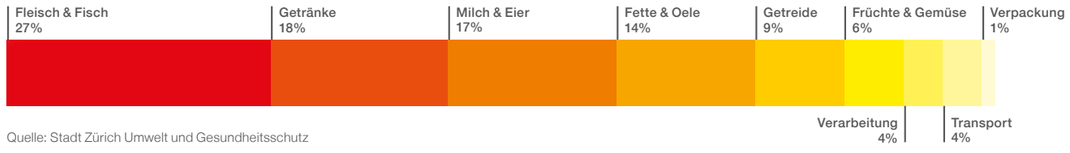
Die aktuell erhältlichen Verpackungslösungen, welche biologisch abbaubar wären, sind sogar schlechter für die Umwelt. In diesem Zusammenhang lohnt sich der Blick auf die Rohstoffgewinnung, die Verarbeitung und die Entsorgung: Über den ganzen Kreislauf betrachtet brauchen biologisch abbaubare Verpackungen bis zu fünfmal mehr Ressourcen – zum Beispiel Wasser und Energie – für die Herstellung und der Anbau des Ausgangsstoffes ist in der Regel mit hohem Einsatz von Pestiziden verbunden.

Fokus auf Reduktion: Zwei Tonnen weniger Plastik

Aus Gründen der Lebensmittelsicherheit haben wir deshalb entschieden, vorübergehend weiter auf Kunststoffverpackung zu setzen. Allerdings haben wir die Lebensmittelfolie Anfang 2021 bezüglich Dicke und damit Gewicht optimiert und reduziert, um möglichst wenig Plastik zu verwenden. Damit spart menuandmore pro Jahr zwei Tonnen Kunststoff ein. Ausserdem besteht die Hartfolie neu aus 30 Prozent EU-Recycling-Pet.

Abbildung 1: Einfluss einer CH-Durchschnittsernährung auf die Umwelt

Anteil Umweltbelastungspunkte pro Person und Jahr



Quelle: Stadt Zürich Umwelt und Gesundheitsschutz

Plastikfrei bis 2030

menuandmore hat sich zum Ziel gesetzt, bis 2030 eine vollständig kompostier-, vergär- oder fermentier- oder wiederverwendbare Verpackung im Einsatz zu haben für einen Kreislauf ohne unnötigen Ressourcenverbrauch. Aktuell gibt es noch keine nachhaltige Lösung, aber die Verpackungsindustrie arbeitet auf Hochtouren daran. Über die Fortschritte berichten wir regelmässig – über unseren Nachhaltigkeitsbericht, auf der Website oder im persönlichen Gespräch.

Mehr Informationen zu Slow Mobil

Slow Mobil: kochen im umgebauten Bauwagen

Wie bei menuandmore Tradition, möchten wir in diesem Magazin nicht nur darüber erzählen, was bei uns gerade läuft, sondern auch externe Projekte ins Schaufenster stellen, die wir toll finden. Dieses Jahr ist es das Slow Mobil, eine moderne, mobile Schulküche in einem umgebauten Bauwagen. Dieser fährt zu Schulen und Kindergärten in der ganzen Schweiz, um genussvolle und nachhaltige Ernährung für Kinder greifbar zu machen. Sie befähigen und motivieren Kinder, Eltern und Lehrpersonen, aktiv Einfluss auf gesellschaftsrelevante Themen wie Klimawandel, Biodiversität und Food Waste zu nehmen. Schulen können das Slow Mobil wochenweise jeweils Montag bis Freitag buchen. Abhängig vom Alter der Kinder, dem thematischen Modul und den Bedürfnissen der Schule dauert ein Kochevent zwischen 1.5 und 3 Stunden. Die einzelnen Module mit thematisch unterschiedlichen Schwerpunkten knüpfen an den Lehrplan 2021 an.

Corona-Aktion «Essen für alle»

Möchten Sie "Essen für Alle" unterstützen?

Denen unter die Armen greifen, die noch weniger haben: Selbst seit Jahren als Sans-Papier in der Schweiz, half Amine Diare Conde bei Ausbruch der Corona-Pandemie jenen Menschen, die in der Krise alles verloren hatten. menuandmore unterstützte mit Tausenden Mahlzeiten.

Mit Hilfe von Hunderten Freiwilligen verteilte der junge Guineer während der Pandemie im Rahmen des Hilfsprojekts «Essen für Alle» Mahlzeiten und Lebensmittel an hilfsbedürftige Menschen wie Obdachlose, Sans Papiers und Menschen in Notunterkünften in Zürich, Kemptthal, Urdorf oder Glattbrugg.

menuandmore kocht für «Essen für Alle»
Wir unterstützten von der Produktionsküche aus. Rund zehn Wochen lang kochte und lieferte menuandmore ab dem 24. März 2020 wöchentlich 1'000 Spezialmenüs während acht Wochen zu einem symbolischen Preis. Zur Partnerschaft kam es, als wir in der Woche der Schulschliessungen für bereits zubereitete Mahlzeiten schnellstmöglich Abnehmerinnen und Abnehmer suchten, um Food Waste zu vermeiden.

Zusammen gegen die Krise
Auch weitere Organisationen engagierten sich für das Projekt. Finanziert wurde die Aktion durch Spenden von privater Seite sowie von der Autonomen Schule Zürich, der Citykirche St. Jacob, Solinetz, Glückskette, Verein Zürcher Südkurve, VoCHabular oder Glocal Roots.

Aufenthaltsbewilligung für Amine Diare Conde
Amine Diare Conde flüchtete als 16-Jähriger allein aus seinem Heimatland durch die Wüste und kam nach mehreren gescheiterten Versuchen, das Mittelmeer zu überqueren, in der Schweiz an. Dort wurde sein Asylantrag umgehend abgelehnt. Mittlerweile hat der Guineer gute Nachricht erhalten: Er darf in der Schweiz bleiben. Er hat eine provisorische B-Bewilligung erhalten und macht nun eine Ausbildung zum Hochbauzeichner.

Zusammen für Kinder in Not

Der Krieg in der Ukraine macht uns fassungslos. Er verursacht unglaubliches Leid. Und davon sind auch zahlreiche Kinder betroffen. Um eben diese Kinder und deren Familien zu unterstützen, hat menuandmore im Jahr 2022 zusätzlich 10'000 Franken an SOS-Kinderdorf Schweiz gespendet – ergänzend zu unserem jährlichen Engagement für das Projekt «Vyas, Nepal». Ziel des Programms in Nepal ist es, dass die Kleinsten und Verwundbarsten geschützt und gut versorgt aufwachsen und in eine chancenreiche Zukunft blicken. Rund 600 Kinder und deren Familien profitieren vom Engagement von SOS-Kinderdorf Schweiz vor Ort.

Dass unser Unterstützungsbeitrag bei SOS-Kinderdorf in guten Händen ist, wissen wir seit vielen Jahren. Seit dem Jubiläumsjahr 2014 pflegt menuandmore eine enge Partnerschaft mit der gemeinnützigen Stiftung mit Sitz in Bern. Der Grund ist ein einfacher: Weil wir in der Schweiz so viele Kinder verpflegen dürfen, ist es uns wichtig, in Zusammenarbeit mit Hilfsorganisationen auch weniger privilegierte Kinder zu unterstützen.

SOS KINDERDORF

Möchten Sie auch spenden? Die Projekte von SOS-Kinderdorf können wir wärmstens empfehlen!

menuandmore news

Die Zukunft kann kommen!

Die Planung des neuen Standorts läuft auf Hochtouren.

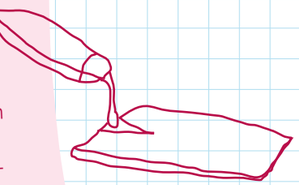
Schon länger war klar: Unser aktueller Standort am Escher-Wyss-Platz in Zürich stösst nicht nur an Kapazitätsgrenzen, auch im Bereich der Nachhaltigkeit ist ein grosser Teil des Potenzials erschöpft. Seit Februar 2022 ist darum offiziell: menuandmore «zügelt» voraussichtlich im Jahr 2025 in den ECOPARK TIVOLI in Spreitenbach. Die Vorfreude ist riesig und die Planung läuft bereits auf Hochtouren.

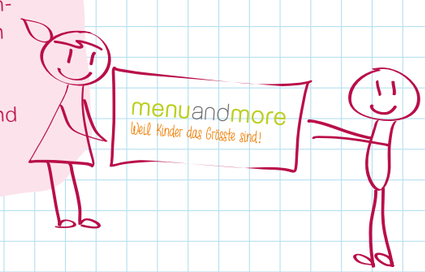
Seit Januar 2018 war die Menu and More AG im Gespräch mit der Stadt Zürich und mit privaten Anbieterinnen, die uns bei der Suche nach einem neuen Standort unterstützten, der die künftigen Anforderungen des Unternehmens langfristig und optimal erfüllt. Wir prüften rund 30 Standorte in und um die Stadt Zürich, ohne einen Standort zu finden, der die betrieblichen Anforderungen erfüllte und rechtzeitig verfügbar war. Als wahrer Glücksfall erwies sich hingegen der ECOPARK TIVOLI in Spreitenbach. Das Areal hat eine gute Verkehrsanbindung und das ökologisch hochwertige CO_2-freie Konzept des ECOPARKS TIVOLI passt hervorragend zu unserer ganzheitlichen und nachhaltigen Unternehmensstrategie.

Mehr Kapazitäten, grosse Liefersicherheit
Der neue Standort erlaubt es uns, weiter auszubauen, neue Arbeitsplätze zu schaffen und vor allem: weiterhin absolute Liefersicherheit zu gewähren. Denn bereits heute wissen wir: Im Hinblick auf das Modell Tagesschule 2025 der Stadt Zürich wird der Bedarf zusätzlich steigen. Die Unterzeichnung des Mietvertrags erfolgte kurz vor Weihnachten 2021.

Ein Werk von vielen
Seit der ersten Besichtigung der Baustelle im September 2021 ist die Entwicklungslust so richtig spürbar. In den Büros, in der Produktionsküche – im ganzen Unternehmen. Es herrscht Aufbruchstimmung. Und es wartet ein riesiger Haufen Arbeit auf uns. Die Planung für den neuen Standort läuft bereits auf Hochtouren und es finden alle zwei Wochen Bauherrensitzungen, Planungssitzungen und interne Meetings zur Planung der künftigen Nutzungen statt. Der breite und tiefe Austausch ist uns dabei wichtig. Denn für uns ist klar: Unser neuer Standort wird ein Gemeinschaftswerk werden, welches das gigantische Wissen aus der täglichen Arbeit unserer Mitarbeitenden seit vielen Jahrzehnten vereint und dank enger Zusammenarbeit mit unseren Architekten und Fachplanern den Boden für die konsequente Umsetzung unserer ambitionierten Nachhaltigkeitsstrategie legt.

Wir freuen uns auf eine intensive Bau- und Umzugsphase, teilen Freude und sind uns einig: Jetzt kann die Zukunft kommen!





«Die Liefersicherheit ist bei uns nach wie vor überdurchschnittlich hoch»

Der Lebensmitteleinkauf in diesen Tagen stellt uns vor immer neue Herausforderungen: Auswirkungen auf die Beschaffung durch die Pandemie, der Ukraine-Krieg und Lieferprobleme. Wir haben das Gespräch mit Fabian Faraoni, Leiter Einkauf gesucht.

Wie sieht der Lebensmitteleinkauf in unsicheren Zeiten aus?
Wir haben engen Kontakt zu unseren langjährigen Lieferanten. Wir versuchen, auf Engpässe frühzeitig zu reagieren oder Preisaufschläge bereits einzuplanen. Der Austausch hilft auch unseren Partnerinnen und Partnern. Durch intensive Marktrecherchen versuchen wir zudem, klimatische Bedingungen, Ernteergebnisse oder Lieferverzögerungen vorherzusehen und antizyklisch einzukaufen. Zudem kaufen wir weniger just-in-time ein und haben dafür unsere externen Lagerflächen beinahe verdreifacht.

Wo liegen die grössten Herausforderungen?
Die grössten Schwierigkeiten haben wir bei den Verfügbarkeitsgarantien. Wir haben keine Ausweichmöglichkeiten. Wenn wir uns für ein Produkt entscheiden, können wir nicht einfach ein anderes nehmen – aus Nachhaltigkeits-, Nährwert basierten oder preislichen Aspekten. Deshalb sind wir darauf angewiesen, dass auch genau dieser Rohstoff dann zur Verfügung steht. Kurzfristige Änderungen in den Lieferketten sind schwierig vorherzusehen, daher müssen wir immer versuchen, auf Nummer sicher zu gehen und genügend Reserve einzuplanen.

Wie kann menuandmore auch in Zukunft eine sichere Partnerin bleiben, wenn diese Herausforderungen bestehen bleiben?
Dadurch, dass wir mehrheitlich Produkte einsetzen und nur Lieferanten haben, welche aus der Schweiz sind oder in der Schweiz produzieren, ist die Sicherheit nach wie vor überdurchschnittlich hoch. Durch einen täglichen Austausch erhoffen wir uns, so zusätzlich auf dem Laufenden zu bleiben, was die allgemeine Lieferkettensituation betrifft.

Wie hat sich bei menuandmore die Aufgabe im Einkauf verändert?
Der strategische Teil hat sicherlich im Vergleich zu vorher enorm zugenommen. Vorabklärungen zu Artikel- oder Rohstoffherkunft müssen getroffen und langfristige Verfügbarkeitsgarantien vereinbart werden. Dies machen wir in Zusammenarbeit mit unserem Qualitätsmanagement in Form von regelmässigen Audits und Überprüfungsprozessen. Aufgrund diverser neuer Anforderungen wie die angespannte Beschaffungssituation oder auch durch neue interne Vorgaben, die wir erhalten, müssen wir unser eigenes System immer wieder anpassen. Das ist aufwändig und muss durchdacht sein, sodass das operative Team im Alltag die neuen Vorgaben effizient umsetzen kann.

menuandmore news

Stadt Zürich
Schul- und Sportdepartement

Erneuter Zuschlag der Stadt Zürich

Am 13. Juli 2021 erreichte menuandmore das Schreiben der Stadt Zürich betreffend Entscheid zur Submission des Schul- und Sportdepartements (SSD). Mit grosser Freude haben wir erfahren, dass wir auch die nächsten fünf Jahre wieder alle Stadtzürcher Schulen mit unseren feinen und gesunden Menüs verköstigen dürfen. Wie bei menuandmore geht es in den Stadtzürcher Verpflegungsbetrieben schon lange um viel mehr als um feine Mahlzeiten.

Vor über 10 Jahren verpflichtete sich menuandmore zu einer nachhaltigen und wertebasierten Unternehmensführung. Von unserer Ausrichtung und dem damit verbundenen Wissen profitiert auch die Stadt Zürich, die in den nächsten Jahren wieder alle Hände voll zu tun haben wird. Grund ist das deutliche Ja der Stadtzürcher Stimmbevölkerung für die flächendeckende Einführung der Tagesschule an allen städtischen Schulen in Zürich bis zum Schuljahr 2030/31. Wir gratulieren der Stadt Zürich zu diesem Glanzresultat – und freuen uns, die Schulen von unserem neuen Standort aus mit den dazu nötigen Kapazitäten frisch und sicher beliefern zu können.

Höhlenerlebnis im Hölloch, Muotathal

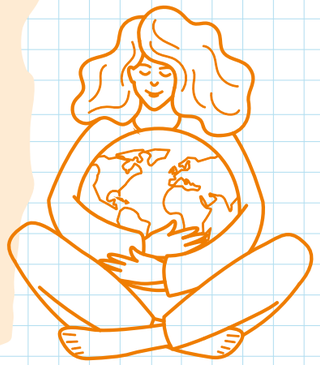
Rucksack packen und rein in die Wanderschuhe: 2022 fand nach einer längeren Durststrecke nach der Corona-Pandemie endlich wieder unser traditioneller Betriebstag statt. Im Hölloch im Muotathal genossen unsere Mitarbeitenden ein Team-Erlebnis der besonderen Art. Von «sportlich-abenteuerlich» bis «gemütlich-vorsichtig» war für alle eine spannende Entdeckungs-Route dabei. Während des abschliessenden, stimmungsvollen Höhlen-Raclettes konnten alle ihre Erlebnisse nochmals Revue passieren lassen. Ergänzend zum aktiven, gemeinsamen Höhlen-Erlebnis gab es anschliessend eine gemütliche Schifffahrt auf dem Zürichsee und ein feines Abendessen.

Masterarbeit Monika Weiss

Im Januar 2022 präsentierte uns Monika Weiss, Masterstudentin der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften ZHAW, ihre Masterarbeit, welche sie im Rahmen unseres Nachhaltigkeitsziels zum Thema der «Planetary Health Diet» der Eat Lancet Commission geschrieben hatte. Ziel der Arbeit: Wir wollten herausfinden, wie weit das Angebot von menuandmore von den Empfehlungen der Planetary Health Diet abweicht. Eine konkrete Kennzahl haben wir im Rahmen der Masterarbeit nicht erhalten, jedoch verschiedene Hinweise zu Optimierungsmöglichkeiten aufgrund der Vergleichsanalyse. Als grössten Abweichungsfaktor identifizierte Monika Weiss den Anteil tierischer Lebensmittel. Dies ist zwar keine neue Erkenntnis, verdeutlicht aber, wie wichtig die Kreation von kinderbeliebten, vegetarischen Gerichten in den kommenden Jahren bleiben wird. Wir danken Monika Weiss für ihre grosse und wertvolle Arbeit!

Klimastrategie Laure Höppli

Um Netto-Null erreichen zu können, ist eine Reduktion der Treibhausgasemissionen im Ernährungsbereich wichtig. Als Verpflegungsanbieterin für Kitas und Schulen mit Sitz in der Stadt Zürich ist menuandmore seit über 10 Jahren von dieser Idee geprägt. Um einen noch aktiveren Beitrag an die Erreichung der Klimaziele der Stadt Zürich zu leisten, hat Laure Höppli im Rahmen ihres CAS eine Klimastrategie für menuandmore ausgearbeitet. Wir danken Laure Höppli für die spannende Aussenperspektive und das Teilen ihres Wissens. Und wir ziehen das Fazit: Egal wie fest wir uns mit nachhaltigen Themen beschäftigen. Wir lernen immer wieder Neues dazu. Das macht Freude und bringt uns weiter.



menuandmore news

Unvergessliches Abenteuer auf dem Bauernhof

Endlich – nach drei Jahren pandemiebedingter Pause konnten wir 2022 wieder unsere beliebten Kindererlebnisnachmittage auf dem Bio-Bauernhof durchführen. Nach rund 400 Kindern auf dem Strickhof Ende Mai in Winterthur konnten wir auf dem Leimbihof in Zürich an zwei Mittwochnachmittagen rund 1'200 Kinder und 300 Betreuungspersonen das Leben auf dem Bauernhof, den Umgang mit Tieren sowie die Produktion von Lebensmitteln näherbringen. «Korn dreschen und mahlen», «Most pressen» oder «Kuhmelken»: An verschiedenen Posten warteten viele interessante und lustige Aktivitäten. Zudem konnten selbst gemachte kleine Mitbringsel wie Blumentöpfe, Duftsäckli und Rapsöl mit nach Hause genommen werden. Wenn es nach uns geht: Der nächste Sommer kann schon morgen wieder kommen!

Achtsamkeit im Alltag leben

Austausch ist uns wichtig: im Arbeitsalltag – und unbedingt auch mal im ungezwungenen Rahmen. Im Zentrum Hauriweg in Zürich-Wollishofen haben wir unsere Kundinnen und Kunden darum am Donnerstag, 8. September 2022 zu einer wohltuenden Auszeit eingeladen. Unter dem Thema «Achtsamkeit im Alltag leben» durften wir ein inspirierendes Referat zum Thema Achtsamkeit auf Basis der buddhistischen Vipassana- und Yoga-Tradition geniessen. Wir lernten verschiedene praktische Übungen kennen, die uns helfen, eine achtsame Haltung im privaten wie auch beruflichen Alltag einzunehmen, um gelassener mit Stress und belastenden Situationen umzugehen. Passend dazu sorgte ein vegetarisches, ayurvedisches Buffet für ein besonderes Gourmet-Erlebnis und feine Sitar-Klänge von Roger Odermatt für musikalische Begleitung.

Website-Optimierung

Ein internes Jahres-Highlight, das mit viel Arbeit im Hintergrund verbunden war: Seit August 2022 ist unsere neue Website online. Unsere Kundinnen und Kunden finden nun schneller und unkomplizierter die relevanten Informationen, auch auf mobilen Geräten. Diesbezüglich sind wir einen Ticken erwachsener geworden, was die Gestaltung angeht. Etwas weniger kindlich und wild, dafür dezenter und aufgeräumter. Auch die Verlinkung mit Social Media funktioniert neu einwandfrei. Dort teilen wir unabhängig vom Jahresmagazin Informationen zu gesunder Kinderverpflegung und Neuigkeiten zu menuandmore. Aktuell bewegen wir uns auf LinkedIn, Facebook und Xing. Wir freuen uns über Nachrichten, Kommentare und Interaktionen und insbesondere wenn Sie uns folgen!

Hier gehts zu unserer neuen Website.

Mit Herz bei der Arbeit

Jeden Tag im Einsatz für das Wohl der Kleinsten. Hinter menuandmore stehen 67 zufriedene und engagierte Mitarbeitende aus 25 Nationen.

Ausgezeichnete Arbeitgeberin
menuandmore ist zum zweiten Mal in Folge mit dem Label «Friendly Work Space®» ausgezeichnet.

Herzlichen Glückwunsch

Am Samstag, 11. November 2022 fand die grosse Jubilarenfeier in Lausanne bei Eldora statt. Die Jubilaren **Filipe Norberto Vilao André** (Chauffeur – 10 Jahre) und **Thuc Hong** (Mitarbeiter Kommissionierung- 15 Jahre) wurden geehrt und sind zusammen mit Markus Daniel und Helene Teuscher (Leiterin Human Resources) angereist.

Bild v.l.n.r.: Markus Daniel, Thuc Hong, Helene Teuscher, Filipe Norberto Vilao André

Auf Wiedersehen und herzlich willkommen

Der bereits 4. Kaufmännische Lernende von menuandmore **Mithushan Thilakakumar** konnte im Sommer 2021 erfolgreich seine Ausbildung als Kaufmann EFZ B-Profil abschliessen. **Sedni Masri** hat als Nachfolgerin zur Lernenden Kauffrau EFZ gestartet.

Geschäftsleitung menuandmore

Monika Vasconcelles, Leiterin Finanzen, Controlling & IT und Stv. Geschäftsführerin: Die HBM-Absolventin und ausgezeichnete CFO of the Year 2020 in der Kategorie KMU Schweiz übernimmt gleichzeitig auch die Stellvertretung der Geschäftsführung. «Zahlen und Menschen sind meine Passion», sagt sie.

Olivier Furter, Leiter betriebliche Prozesse und Projekte: Er verfügt über mehr als 30 Jahre Berufserfahrung in der Lebensmittelbranche. Als Macher, Mitdenker und Gestalter bringt er für den geplanten Standortwechsel der Menu and More AG wertvolle Erfahrung mit.

Stefanie Schweizer, Leiterin Marketing, Kommunikation und Events: Durch ihre langjährige und vielfältige Berufserfahrung im Bereich Marketing und Kommunikation bringt sie sowohl das Know-how aus der Gastronomie wie auch die Liebe zum guten Essen mit.

Moritz Stauffer, Leiter Geschäftsentwicklung und Kundenbetreuung: Nach verschiedenen Stationen in der Schweizer Gastronomie unter anderem als Geschäftsführer eines neuen Gastronomiebetriebes, kam er vor sieben Jahren zu menuandmore, wo er sich bis zum Geschäftsleitungsmitglied weiterentwickelt hat.

Helene Teuscher, Leiterin Human Resources: Sie hat ihre Wurzeln in der Gastronomie und bringt eine breite und fundierte HR-Erfahrung aus verschiedenen Industrien mit. Als dreifache Mutter findet sie, dass «Kinder das Grösste» sind.

Markus Daniel, Geschäftsführer: Vor knapp 15 Jahren begann Markus Daniel zeitgleich als Direktor der Stadtküche Zürich als Geschäftsführer von menuandmore. Nachhaltigkeit und die Sustainable Development Goals stehen für ihn im Zentrum seines Tuns. Er ist überzeugt, dass Transformation notwendig ist, um zu einer nachhaltigen Schweizer Wirtschaft zu gelangen.

Benjamin Hold, Leiter Qualitäts- und Nachhaltigkeits-Management: Durch sein Lebensmittelingenieurstudium und erste Erfahrungen in der Lebensmittelindustrie hat er alles rund um Lebensmittelsicherheit, Normen und Labels zu seinem ganz persönlichen Credo gemacht. Darüber hinaus treibt er die Weiterentwicklung im Bereich Nachhaltigkeit voran.

Bild v.l.n.r.: Monika Vasconcelles, Olivier Furter, Stefanie Schweizer, Moritz Stauffer, Helene Teuscher, Markus Daniel, Benjamin Hold

«Bei menuandmore wurde mir immer wieder etwas zugetraut»

Satte 48 Jahre und 8 Monate war Maria Salletmeier eine treue Mitarbeiterin bei menuandmore. Seit ihrem Antritt 1974 in der Stadtküche hat sie fast alle Bereiche belebt. Im Interview schaut sie zurück und gibt uns private Einblicke zu ihrer Zeit bei menuandmore.

Maria, was ist dein Geheimrezept: Wie bleibt man 48 Jahre motiviert im Job?
Indem man Freude am Leben hat und im Unternehmen so sein kann wie man ist. Ein gutes Arbeitsumfeld war mir immer wichtig. Wenn Teamsgspändli fast zu Schwester oder Bruder wurden, dann habe ich mich richtig wohlgefühlt. Man verbringt schliesslich sehr viel Zeit im Geschäft. Ausserdem haben mich die verschiedenen Jobwechsel innerhalb des Unternehmens motiviert. Ich war nicht nur in der Küche tätig. Wenn jemand krank wurde, konnte ich auch auswärts arbeiten und half beispielsweise in der Cafeteria aus. So konnte ich viel Erfahrung sammeln und habe einiges gelernt. Neue Sachen machen und erfahren gaben mir die nötige Abwechslung, welche ich sehr schätzte und auch dem Unternehmen half.

In welchen Bereichen hast du während deiner Arbeitszeit in der Stadtküche und bei menuandmore mitgewirkt?
Ich war in der Cafeteria, Küche, Kantine, in Speiselokalen, der Verpackung und Kommissionierung tätig und habe verschiedene Bankette begleitet.

Wie hast du die Privatisierung der Stadtküche in den Nullerjahren erlebt, was hat sich dadurch verändert?
Ich war immer offen für Neues und habe mir nie gross Gedanken gemacht. Mir war immer klar, dass ein Unternehmen nicht stehenbleiben darf und Veränderungen dazugehören. Veränderungen bringen schliesslich neue Erfahrungen und wenn sie schlecht gewesen wären, hätte ich einfach das Unternehmen gewechselt. Es ging zum Glück immer gut.

Erzählst du uns ein paar Beispiele?
Durch die Privatisierung wurde es im Unternehmen moderner. Früher mussten wir in der Verpackung noch Salate selber schneiden, abwägen und in Säcke verpacken. Heute haben wir Maschinen zur Hilfe, damit wir nicht mehr alle Arbeitsschritte machen müssen – die Modernisierung hat uns wieder neue Möglichkeiten gebracht. Am meisten Mühe hat mir die Umstellung auf den Schichtbetrieb gemacht. Wir haben eine Früh- und Spätschicht. Diese Veränderung bedeutete einen grossen Einschnitt in mein soziales Leben und war nicht immer einfach.

Wechseln wir zu den Highlights. An was bei menuandmore erinnerst du dich gerne zurück?
Da gibt es Vieles! Was ich nie vergesse, ist die Vorbereitung für ein Bankett. Mein Chef gab mir den Fahrzeugschlüssel und als ich das Fahrzeug nicht gefunden habe, meinte er nur: «Du musst mein Privatauto nehmen, weil kein anderes Fahrzeug verfügbar ist.» Das war schon etwas – den Wagen vom Chef rumzufahren. Was mir ausserdem sehr gut in Erinnerung blieb, ist meine erste Serviceerfahrung. Ich war etwas nervös und ich habe prompt ein Getränk über der Hose eines Gastes ausgeleert. Zum Glück war es nicht so schlimm und der Gast nahm es gelassen. Er hat mir nach der Veranstaltung sogar einen Teller voller Trinkgeld gebracht, was mich unheimlich stolz gemacht hat. Zusammengefasst kann ich sagen: Bei menuandmore wurde mir immer wieder etwas zugetraut und dadurch konnte ich viele wichtige Erfahrungen sammeln.
Was mir sehr ans Herz ging und ich auch als Highlight erwähnen möchte, war die Zusammenarbeit mit Cuni. Er ist ein Mitarbeiter, der gehörlos ist. Die Gebärdensprache hat mir schon immer imponiert und mit ihm konnte ich viele Gebärden lernen. Er hat mich in eine neue Welt mitgenommen, wo du viel entdeckst, was du sonst nicht mehr siehst. Seine Ruhe und herzliche Art haben mich immer wieder berührt und mir viel Kraft gegeben. Er war wie ein Bruder und wir konnten zusammen viel Spass haben, wenn er während der Arbeit einfach das Licht auslöschte – nur um mir zu zeigen, dass er auch noch da ist.

Tipps für gesunde Znüni und Zvieri

Kombination und Abwechslung lassen fantasievolle und dekorative Zwischenmahlzeiten entstehen wie Brot mit Hüttenkäse oder Nature-Joghurt mit Beeren.

Ein gesundes Znüni und Zvieri:

- ✓ enthält immer Wasser oder ungesüssten Kräuter- oder Früchtetee
- ✓ besteht aus einer Frucht und/oder einem Gemüse
- ✓ ist bunt zusammengestellt und zuckerfrei
- ✓ kann je nach körperlicher Anstrengung und Hungergefühl durch ein Getreide- und/oder Milchprodukt sowie Nüsse ergänzt werden

Eine sinnvolle Zwischenmahlzeit:

- ✓ ergänzt die Hauptmahlzeiten optimal – in der Schule und zu Hause
- ✓ stillt den kleinen Hunger zwischendurch
- ✓ gibt wieder neue Energie, vor allem bei viel Bewegung in der Pause und in der Freizeit
- ✓ unterstützt die Konzentrationsfähigkeit in der Schule
- ✓ besteht idealerweise aus Produkten der Region und der Saison
- ✓ wird am Besten in eine praktische Znünibox verpackt, die das Znüni und Zvieri frisch hält und Verpackungsmaterial spart

Nicht regelmässig – aber ab und zu:

- ✓ Exotische Früchte wie z. Bsp. Bananen, Mango, Ananas, Papaya (prüfen und bevorzugen Sie beim Kauf von exotischen Früchten zuerst das Bio- und Fairtrade-Angebot)
- ✓ Trockenfrüchte
- ✓ Fleisch und Fleischprodukte (wie z. Bsp. Wurstwaren, Schinken, Trockenfleisch usw.) – bevorzugen Sie fettarme Varianten
- ✓ Fruchtsaft gemischt mit Wasser (Verhältnis 1:2)

Nicht empfehlenswert sind:

- ✗ Schokoladen-, Milch- und Getreideriegel
- ✗ Gipfeli, Zopf, weisses Toastbrot
- ✗ Gezuckerte Frühstückscerealien, süsses Gebäck (Biskuits, Früchtekuchen usw.)
- ✗ Süssgetränke wie z. Bsp. Eistee, Sirup, Cola, Energy Drinks usw., künstlich gesüsste Getränke (light)
- ✗ Gesüsste, aromatisierte Milchmixgetränke (Schokolade, Ovomaltine, usw.)
- ✗ Fette oder stark gesalzene Produkte wie Salzstangen, Chips, gesalzene Nüsse

Die ausführliche Sammlung an Informationen und Ideen für fantasievolle Snacks am Mittagstisch finden Sie im Downloadcenter vom menuandmore-Webshop.

Menu and More AG • Sihlquai 340 • 8005 Zürich • 044 448 26 11
info@menuandmore.ch • www.menuandmore.ch

menuandmore