

Ein bisschen süß, ein Muss zum Schluss

Milch und Milchprodukte sind bei Kindern und Jugendlichen die keine Probleme mit Laktose oder Kasein haben, praktische Lieferanten für Kalzium und essentielle Nährstoffe. Da junge Menschen sich noch im Wachstum befinden, profitieren sie besonders von den wichtigen Bestandteilen dieses Nahrungsmittels. Milch und Produkte daraus sind reich an Vitaminen und Mineralien, die maßgeblich am Aufbau und der Erhaltung von Körperfunktionen beteiligt sind. Wir verarbeiten in unseren Desserts außer Milch auch Magerquark und Vollmilch-Joghurt. Als sogenannte Sauerprodukte enthalten sie probiotische Bakterien, die die Verdauung positiv unterstützen. Besonders bei einer vegetarischen Ernährung dienen diese gut verträglichen Produkte als wichtige Lieferanten für essentielle Fett- und Aminosäuren. Unsere Vanille- oder Schokocremes werden unter anderem mit hochwertigem Kakao und Bourbon Vanille hergestellt. Geschmacklich abgerundet sind unsere Desserts mit Honig, Agaven Dicksaft, selbst gekochter Marmelade oder Früchten der Saison. Dabei verwenden wir gerade so viel Süße, wie unbedingt nötig.

Weiterhin steht in der Salatbar Obstsalat zur Verfügung, der täglich frisch zubereitet wird. Aufgegossen mit 100%igem Apfelsaft, bleiben die Früchte in der Ausgabe bis zum Ende frisch und saftig. Obst wie Äpfel oder Mandarinen am Stück sind je nach Saison, auf Nachfrage beim Küchenpersonal, für alle Schüler an der Ausgabe zu erhalten.