



# Gesunde Küche

## Handbuch

### Literatur und Quellen



# LITERATUR- UND QUELLENVERZEICHNIS

## Teil 1:

Bei der Erarbeitung des Handbuchs Gesunde Küche – Auflage 2026 gilt als Grundlage die Auflage 2021 des Handbuchs Gesunde Küche.

Das Handbuch wurde in Zusammenarbeit mit den oberösterreichischen Beratungskräften erstellt, welche ihre Erfahrungen im Bereich der Gemeinschaftsverpflegung einfließen ließen.

Amt der Oö. Landesregierung (2025): *Rezeptdatenbank des Landes OÖ*. Verfügbar unter: [www.gesundes-oberoesterreich.at](http://www.gesundes-oberoesterreich.at) (abgerufen am 01.12.2025).

Bundesministerium für Gesundheit und Frauen (2017): *Österreichischer Ernährungsbericht 2017*. Verfügbar unter: <https://broschuerenservice.sozialministerium.gv.at/Home/Download?publicationId=528> (abgerufen am 01.12.2025).

Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (2024): *Der gesunde und nachhaltige Teller*. Verfügbar unter: <https://www.sozialministerium.gv.at/Themen/Gesundheit/Ern%C3%A4hrung/Der-gesunde-und-nachhaltige-Teller.html> (abgerufen am 01.12.2025).

Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (2025): *Ernährungsberichterstattung*. Verfügbar unter: <https://www.sozialministerium.gv.at/Themen/Gesundheit/Ern%C3%A4hrung/Ern%C3%A4hrungsberichterstattung.html> (abgerufen am 01.12.2025).

## Foto- und Bildnachweise:

Alle Fotos ohne Angabe: Land Oberösterreich

## Teil 2

Bei der Erarbeitung des Handbuchs Gesunde Küche – Auflage 2026 gilt als Grundlage die Auflage 2021 des Handbuchs Gesunde Küche.

Das Handbuch wurde in Zusammenarbeit mit den oberösterreichischen Beratungskräften erstellt, welche ihre Erfahrungen im Bereich der Gemeinschaftsverpflegung einfließen ließen.

aks gesundheit GmbH (2019): *Leitlinie für die Gemeinschaftsverpflegung für Kleinkinder, Kinder und Jugendliche in Vorarlberg*. Verfügbar unter: [https://www.aks.or.at/wp-content/uploads/2014/11/2019-11-22\\_Leitlinie-für-die-Gemeinschaftsverpflegung.pdf](https://www.aks.or.at/wp-content/uploads/2014/11/2019-11-22_Leitlinie-für-die-Gemeinschaftsverpflegung.pdf); (abgerufen am 03.04.2023).

Aktionsplan nachhaltige öffentliche Beschaffung, naBe (2025): *Forum „Österreich isst regional“*. Verfügbar unter: <https://www.nabe.gv.at/forum-oesterreich-isst-regional/> (abgerufen am 01.12.2025).

Amt der Kärntner Landesregierung (2025): *Gesunde Küche*. Verfügbar unter: <https://www.gesundeskaernten.at/arbeitsfelder/gesunde-kueche/> (abgerufen am 01.12.2025).

Amt der OÖ. Landesregierung (2025): *Die Großen 4 der Gesunden Jause – Jausenpuzzle*. Verfügbar unter: <https://www.gesundes-oberoesterreich.at/gesund-bleiben/ernaehrung/gesunde-ernaehrung-bei-kindern-und-jugendlichen/> (abgerufen am 01.12.2025).

Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (2024): *Der gesunde und nachhaltige Teller*. Verfügbar unter: <https://www.sozialministerium.gv.at/Themen/Gesundheit/Ern%C3%A4hrung/Der-gesunde-und-nachhaltige-Teller.html> (abgerufen am 01.12.2025).

Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (2024): *Leitlinie Schulbuffet*. Verfügbar unter: [https://www.sozialministerium.at/dam/jcr:38e641ca-7cb6-4108-a20b-2dbe6ac7a361/Leitlinie\\_Schulbuffet.pdf](https://www.sozialministerium.at/dam/jcr:38e641ca-7cb6-4108-a20b-2dbe6ac7a361/Leitlinie_Schulbuffet.pdf) (abgerufen am 01.12.2025).

Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (2022): *Qualitätsstandards für die Ernährung in Wohn- und Pflegeeinrichtungen für Seniorinnen und Senioren*. Verfügbar unter: [https://www.sozialministerium.at/dam/jcr:4f9ff5dc-a44c-4dee-b8d9-a22e6cd3c300/AKTUALISIERT\\_QS\\_f%C3%BCr\\_die\\_Ern%C3%A4hrung\\_in\\_Wohn-und\\_Pflegeeinrichtungen\\_f%C3%BCr\\_Seniorinnen\\_und\\_Senioren.pdf](https://www.sozialministerium.at/dam/jcr:4f9ff5dc-a44c-4dee-b8d9-a22e6cd3c300/AKTUALISIERT_QS_f%C3%BCr_die_Ern%C3%A4hrung_in_Wohn-und_Pflegeeinrichtungen_f%C3%BCr_Seniorinnen_und_Senioren.pdf) (abgerufen am 01.12.2025).

Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (2022): *Qualitätsstandards für die Verpflegung im Kindergarten*. Verfügbar unter: [https://www.sozialministerium.at/dam/jcr:30c8f6ee-de0b-4873-9ab3-d82755ec9148/AKTUALISIERT\\_QS\\_f%C3%BCr\\_die\\_Verpflegung\\_im\\_Kindergarten.pdf](https://www.sozialministerium.at/dam/jcr:30c8f6ee-de0b-4873-9ab3-d82755ec9148/AKTUALISIERT_QS_f%C3%BCr_die_Verpflegung_im_Kindergarten.pdf) (abgerufen am 01.12.2025).

Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (2022): *Qualitätsstandards für die Verpflegung in Betrieben*. Verfügbar unter: [https://www.sozialministerium.at/dam/jcr:d958108c-c4ef-4c25-b0de-37de53e7d48b/AKTUALISIERT\\_QS\\_f%C3%BCr\\_die\\_Betriebsverpflegung.pdf](https://www.sozialministerium.at/dam/jcr:d958108c-c4ef-4c25-b0de-37de53e7d48b/AKTUALISIERT_QS_f%C3%BCr_die_Betriebsverpflegung.pdf) (abgerufen am 01.12.2025).

Dato Denkwerkzeuge (2025): *Nährwertberechnungssoftware Nut.s*. Verfügbar unter: [www.nuritional-software.at](http://www.nuritional-software.at) (abgerufen am 01.12.2025).

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (2023): *Qualitätsstandards Gemeinschaftsgastronomie – Kiga, Schule, Betriebe, Senioreneinrichtungen, Kliniken, Betriebe, Behörden, Hochschulen Essen auf Rädern*. Verfügbar unter: <https://www.dge.de/gemeinschaftsgastronomie/dge-qualitaetsstandards/> (abgerufen am 01.12.2025).

Die Umweltberatung (2020): *Fisch nachhaltig aufgetischt*. Verfügbar unter: <https://www.umweltberatung.at/fisch-nachhaltig-aufgetischt-15025> (abgerufen am 01.12.2025).

Bundeszentrum Kita- und Schulverpflegung (2025): *Gerechte Ernährung: Planetary Health Diet 2.0*. <https://www.gemeinsamgutessen.de/service/aktuelles/gerechte-ernaehrung-planetary-health-diet-20> (abgerufen am 01.12.2025).

Fonds Gesundes Österreich GmbH (2024): *Broschüre Ernährung*. Verfügbar unter: [Broschüre „Ernährung – Gesundheit für alle!“](#) (abgerufen am 01.12.2025).

Fonds Gesundes Österreich GmbH (2025): *Folder Ernährung*. Verfügbar unter: [Folder „Ernährung – Gesundheit für alle!“](#) (abgerufen am 01.12.2025).

Fonds Gesundes Österreich GmbH (2025): *Neue Ernährungspyramiden - mit und ohne Fleisch*. Verfügbar unter: [Neue Ernährungspyramiden – mit und ohne Fleisch](#) (abgerufen am 01.12.2025).

Gesundheitsfonds Steiermark (2023): *Leitfaden zur Umsetzung der Steirischen Mindeststandards*. Verfügbar unter: [https://gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-toolkit\\_8/wp-content/uploads/2023/11/Leitfaden-zur-Umsetzung-der-steirischen-Mindeststandards-4.-Auflage.pdf](https://gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-toolkit_8/wp-content/uploads/2023/11/Leitfaden-zur-Umsetzung-der-steirischen-Mindeststandards-4.-Auflage.pdf) (abgerufen am 01.12.2025).

Gesundheitsfonds Steiermark (2025): *Steirische Mindeststandards in der Gemeinschaftsverpflegung*. Verfügbar unter: <https://gesundheitsfonds-steiermark.at/gesunde-ernaehrung/steirische-mindeststandards/> (abgerufen am 01.12.2025).

Österreichische Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit, AGES (2025): *Neue Österreichische Ernährungsempfehlungen*. Verfügbar unter: [www.ernaehrungsempfehlung.at](http://www.ernaehrungsempfehlung.at) (abgerufen am 01.12.2025).

Österreichische Gesellschaft für Ernährung (2024): *Vegane Ernährung – FAQs und Empfehlungen für die praktische Umsetzung*. Verfügbar unter: [https://www.oege.at/app/uploads/2025/01/OEGE\\_FAQ\\_Vegane-Ernaehrung\\_final-2.pdf](https://www.oege.at/app/uploads/2025/01/OEGE_FAQ_Vegane-Ernaehrung_final-2.pdf) (abgerufen am 01.12.2025).

Österreichische Gesundheitskasse (2023): *Saisonkalender*. Verfügbar unter: <https://www.gesundheitskasse.at/cdscontent/load?contentid=10008.779511&version=1702450918> (abgerufen am 01.12.2025).

SIPCAN (2025): *Getränke-Check*. Verfügbar unter: <https://www.sipcan.at/getraenke-check> (abgerufen am 01.12.2025).

SIPCAN (2025): *Milchprodukte-Check*. Verfügbar unter: <https://www.sipcan.at/milchprodukte-check> (abgerufen am 01.12.2025).

SIPCAN (2024): *Mittagstisch-Check – Mindestkriterien für die gesundheitsfördernde Angebotsgestaltung von Speiseplänen in Schulen*. Verfügbar unter: [https://a7708056-b052-400d-a638-d29736b0add5.filesusr.com/ugd/f5028d\\_1b10c94208454ed98d48f2def456e7e5.pdf](https://a7708056-b052-400d-a638-d29736b0add5.filesusr.com/ugd/f5028d_1b10c94208454ed98d48f2def456e7e5.pdf) (abgerufen am 01.12.2025).

SIPCAN (2024): *Nudging als Instrument zur Förderung einer gesunden Ernährung*. SIPCAN Science News 2024, Mai; 27.

Tut gut! Gesundheitsvorsorge GmbH (2025): *Beratungsunterlage zur Umsetzung der „Vitalküche“-Kriterien für hochverarbeitete Produkte*. Online. Nicht mehr verfügbar (abgerufen am 30.10.2025)

Tut gut! Gesundheitsvorsorge GmbH (2025): *Leitlinie für eine ausgewogene und nachhaltige Gemeinschaftsverpflegung in Niederösterreich, Teil 1-5*. Verfügbar unter: <https://www.noetutgut.at/angebote/vitalkueche> (abgerufen am 01.12.2025).

WWF (2025): *Der WWF Fischatgeber für Österreich*. Verfügbar unter: <https://fischratgeber.wwf.at/> (abgerufen am 01.12.2025).

#### Foto- und Bildnachweise:

Alle Fotos ohne Angabe: Land Oberösterreich

### Teil 3

Bei der Erarbeitung des Handbuchs *Gesunde Küche* – Auflage 2026 gilt als Grundlage die Auflage 2021 des Handbuchs *Gesunde Küche*.

Das Handbuch wurde in Zusammenarbeit mit den oberösterreichischen Beratungskräften erstellt, welche ihre Erfahrungen im Bereich der Gemeinschaftsverpflegung einfließen ließen.

Amt der OÖ. Landesregierung (2025): *Kinderbetreuungsstatistik Land OÖ*. Verfügbar unter: <https://www.land-oberoesterreich.gv.at/202237.htm> (abgerufen am 01.12.2025).

Bundesministerium für Land- und Forstwirtschaft, Umwelt und Wasserwirtschaft (2016): *Frau is(s)t nicht gleich Mann genderspezifische Ansätze im Ernährungsalltag*, 2. Auflage, Wien.

Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (2025): *Hygiene-Leitlinie für Großküchen, Küchen des Gesundheitswesens und vergleichbare Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung*. Verfügbar unter: [https://www.verbrauchergesundheit.gv.at/dam/jcr:1f2079b0-ef78-480e-94dd-e473b50cd657/LL\\_Grosskuechen\\_Kuechen\\_des\\_Gesundheitswesens.pdf](https://www.verbrauchergesundheit.gv.at/dam/jcr:1f2079b0-ef78-480e-94dd-e473b50cd657/LL_Grosskuechen_Kuechen_des_Gesundheitswesens.pdf) (abgerufen am 15.12.2025).

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V (2025): *Essen und Trinken bei Demenz*. Verfügbar unter: [https://www.fitimalter-dge.de/fileadmin/user\\_upload/medien/Essen\\_und\\_Trinken\\_bei\\_Demenz.pdf](https://www.fitimalter-dge.de/fileadmin/user_upload/medien/Essen_und_Trinken_bei_Demenz.pdf) (abgerufen am 01.12.2025).

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V (2025): *Essen und Trinken bei Kau- und Schluckstörungen im Alter*. [https://www.fitimalter-dge.de/fileadmin/user\\_upload/medien/Essen und Trinken bei Kau und Schluckstoerung i m Alter.pdf](https://www.fitimalter-dge.de/fileadmin/user_upload/medien/Essen_und_Trinken_bei_Kau_und_Schluckstoerung_im_Alter.pdf) (abgerufen am 01.12.2025).

Kaiblinger, K. und Zehetgruber, R. (2023): *„Gender & Food“ im Kontext von Gemeinschaftsverpflegung und SF4C*. Verfügbar unter: <https://www.wien.gv.at/spezial/studien/ma22/genderfood2023.pdf> (abgerufen am 01.12.2025).

Motevalli, M., Tanous, D. R., Drenowatz, C., Schauer, M., Mair, S., Kohlberger, M., Ruedl, G. und Wirtzner, K. (2025): *Sex-Based Analysis of Health and Micronutrient Status in Austrian Adults Focusing on the Role of Blood Micronutrients in Predicting Blood Lipids and Body Composition*. Verfügbar unter: <https://www.mdpi.com/2674-0311/4/4/45> (abgerufen am 01.12.2025).

Österreichische Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit, AGES (2020): *Richtig essen von Anfang an! Broschüre: Jetzt ess ich mit den Großen!* Verfügbar unter: [https://www.richtigessenvonanfangen.at/wp-content/uploads/2024/04/AGES\\_Jetzt-ess-ich\\_1-3\\_deutsch2020\\_final.pdf](https://www.richtigessenvonanfangen.at/wp-content/uploads/2024/04/AGES_Jetzt-ess-ich_1-3_deutsch2020_final.pdf) (abgerufen am 01.12.2025).

Österreichische Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit, AGES (2020): *Richtig essen von Anfang an! Broschüre – so schmeckts uns allen!* Verfügbar unter: [https://www.richtigessenvonanfangen.at/wp-content/uploads/2024/05/AGES\\_Broschüre So-schmeckts-uns-allen\\_4-10\\_2020\\_final.pdf](https://www.richtigessenvonanfangen.at/wp-content/uploads/2024/05/AGES_Broschüre_So-schmeckts-uns-allen_4-10_2020_final.pdf) (abgerufen am 01.12.2025).

Österreichische Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit, AGES (2014): *Richtig essen von Anfang an! Ernährungsempfehlungen für ein-bis dreijährige Kinder*. Verfügbar unter: [https://www.richtigessenvonanfangen.at/wp-content/uploads/2023/10/2020\\_05\\_05\\_Ernaehrungsempfehlungen\\_1-3\\_Jahre FINALE VERSION SEP 14.pdf](https://www.richtigessenvonanfangen.at/wp-content/uploads/2023/10/2020_05_05_Ernaehrungsempfehlungen_1-3_Jahre_FINALE_VERSION_SEP_14.pdf) (abgerufen am 01.12.2025).

Österreichische Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit, AGES (2017): *Richtig essen von Anfang an! Ernährungsempfehlungen für Kinder von 4-10*. Verfügbar unter: [https://www.richtigessenvonanfangen.at/wp-content/uploads/2023/10/2020-02-28\\_Ernaehrungsempfehlungen\\_4-10\\_Jaehrige\\_FINAL.pdf](https://www.richtigessenvonanfangen.at/wp-content/uploads/2023/10/2020-02-28_Ernaehrungsempfehlungen_4-10_Jaehrige_FINAL.pdf) (abgerufen am 01.12.2025).

Österreichische Gesellschaft für Ernährung (2025): *10 Ernährungsregeln der ÖGE*. Verfügbar unter: <http://www.oege.at/index.php/bildung-information/empfehlungen> (abgerufen am 17.02.2020).

#### Foto- und Bildnachweise:

Alle Fotos ohne Angabe: Land Oberösterreich



# Gut leben. Ein Leben lang.

gesundes-oberoesterreich.at



## Impressum

Medieninhaber und Herausgeber:

Amt der Oö. Landesregierung

Direktion Soziales und Gesundheit

Abteilung Gesundheit

4021 Linz, Bahnhofplatz 1

Tel.: 0732/7720-14133

E-Mail: [post@gesundes-oberoesterreich.at](mailto:post@gesundes-oberoesterreich.at)

[www.gesundes-oberoesterreich.at](http://www.gesundes-oberoesterreich.at)

Informationen zum Datenschutz finden Sie unter: [www.land-oberoesterreich.gv.at/datenschutz](http://www.land-oberoesterreich.gv.at/datenschutz)

Umschlag: Abteilung Kommunikation und Medien, Gruppe Grafik- und Webservice [2025074]

Foto: © jackfrog - stock.adobe.com