

**Zeitschrift:** Fachzeitschrift Heim  
**Herausgeber:** Heimverband Schweiz  
**Band:** 68 (1997)  
**Heft:** 5

**Rubrik:** Bouquet garni : Seite für die Küche

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 27.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# MENÜWAHL – MENÜBESPRECHUNG – MENÜGESTALTUNG

Katharina Schär arbeitet im Wohnheim für Behinderte, Kontiki, Zuchwil, wo es bis anhin üblich war, mittags nur ein Menü auf den Tisch zu bringen. Ihr Ziel war es, mit einer Menüwahl von Montag bis Freitag mehr Abwechslung zu bringen. «Von Montag bis Freitag dürfen die Pensionäre zwischen zwei Menüs auswählen, was sie gerne essen möchten. Damit auch alles glatt verläuft, habe ich eine Liste entworfen mit dem Namen der Pensionäre, den Wochentagen und mit Menü 1 und 2. Es wird dann einfach angekreuzt, welches Menü der Pensionär wünscht. Leider ist das Projekt nur durchführbar, wenn ich arbeite. Sonst ist meine Küchenhilfe überfordert, da sie selbst auch behindert ist.» Die Menübesprechung machte sich Andreas Litscher im Wohnheim Eichholz, Steinhausen, zur Aufgabe. Karl Ochsner im APH der Gemeinde Freienbach ging noch einen Schritt weiter: von der Menübesprechung zur Menügestaltung mit den Pensionären.

Um die Küchenhilfe bei ihrem Einsatz nun nicht zu überfordern, hat Katharina Schär folgenden Weg eingeschlagen: Die Pensionäre kreuzen auf der Liste das gewünschte Menü an und wissen dann auch, was sie bestellt haben, so wie die Köchin weiß, was sie kochen muss. Da die Liste am Vortag bis 16.00 Uhr in der Beschäftigungsgruppe ausgefüllt wird, kann sie entsprechend die nötigen Bestellungen tätigen. Am Samstag und Sonntag wird um 14.00 Uhr Kaffee und Dessert serviert, dafür kommt am Abend ein «Menü mit allem Drum und Dran» auf den Tisch. Zur Erleichterung für die Küchenhilfe gibt es zwei verschiedene Menüpläne. Bei Abwesenheit der Köchin wird nach dem einfachen Menüplan gekocht mit Frühstück, Mittag- und Abendessen. Der zweite Menüplan besteht aus je zwei Mittag- und Abendessen. «Ich mache es auch immer so, dass es ein leichtes und ein normales Mittagessen gibt.» Im Winter wird zusätzlich eine Suppe serviert, was sehr beliebt ist. «Die Menüwahl zeigt im ganzen Wohnheim eine grosse und gute Auswirkung auf die Pensionäre und Mitarbeiter. Ich hoffe, dies so weiterführen zu können und noch weitere Erfolge damit zu erzielen.»

Katharina Schär wird bei der Menüwahl denn auch von allen Seiten unterstützt. Da sie zusätzlich zu 20 Prozent auf der Pflege mitarbeitet, sind ihr vielerlei Reaktionen bekannt. Sie erhielt zahlreiche mündliche Rückmeldungen von den Pensionären, aber auch vom Personal. Eine Umfrage beim Personal hat gezeigt, dass das neue System mehr Vorteile aufweist, und das Ergebnis war für die Köchin sehr zufriedenstellend. Als Vorteile wurden genannt:

- Selbstbestimmung der Pensionäre, was sie essen wollen.
- Weniger Abfall, denn sie essen gerne, was sie bestellt haben.
- Es ist ein gezieltes Kochen möglich, daher auch eine bessere Qualität der einzelnen Produkte.

#### Nachteile:

- Am Anfang wurde manchmal zu knapp berechnet, da die Pensionäre das Bestellte gerne haben und alles essen.
- Ein etwas grösserer Aufwand, bis sich alles eingespielt hatte.

#### Reaktionen der Pensionäre:

- Die Köchin bekam von dieser Seite nur Positives zu hören.
- Nach den WH-Ferien gab es in der ersten Woche nur ein Menü, da noch nicht alle von den Ferien zurückgekehrt waren. Es gab ein grosses Durcheinander. Die Reaktionen der bereits Anwesenden waren eindeutig: alle erkundigten sich, warum sie nicht mehr wählen dürfen. Sie hätten sich doch so darauf gefreut, als sie nach den Ferien wieder nach Hause zurückgekehrt seien. Eine Erklärung wirkte beruhigend. Die Pensionäre haben Spass am Auswahlverfahren, der Stellenwert der Küche ist eindeutig angestiegen.

#### Verbesserungsvorschläge:

- Das Personal muss sich ebenfalls anmelden für das Essen, wie die Pensionäre, was von Anfang an nicht geklappt hat.
- Bei eventuellen Menüänderungen muss rechtzeitig informiert werden. «Gelegentlich gibt es kleine Fehler,

die jedoch gleich wieder behoben werden können. Mich hat überrascht, dass alles so gut geklappt hat. Ich hätte nicht damit gerechnet. Meine persönliche Begründung für die Einführung der Menüwahl war, mehr und neues Leben ins Heim zu bringen. Die Pensionäre verfügen nun über eine weitere Freiheit. Ein weiteres Ziel war es, auch mal aussergewöhnliche Menüs kochen zu können, die möglicherweise nicht bei allen gleich beliebt sind. Doch so kommt jeder auf seine Kosten. Selbstverständlich kann sich jeder Heimbewohner weiter ein Geburtstagsessen wünschen, und auch sonst können sie ihre Wünsche anbringen.»

## Menübesprechung im Wohnheim

Die Idee zur Projektarbeit von Andreas Litscher kam von einem Pensionär, welcher in ein anderes Heim umzog und bei einer Kaffeavisite äusserte, im andern Heim könnten die Pensionäre sagen, was sie essen wollten. «In der Folge fragte ich mich, weshalb ich das in unserem Wohnheim nicht ändern sollte, da ich ja auch nur das esse, was mir schmeckt. Ein altes Sprichwort sagt: „Die Liebe geht durch den Magen.“ Warum soll das in einem Wohnheim nicht auch zutreffen? Warum sollen die Bewohner ihr Heim nicht auch über das Essen lieben lernen und sich so in ihrem Heim wohlfühlen?... Die Menübesprechung soll die Möglichkeit vermitteln, besser auf die Bedürfnisse der Bewohner einzugehen. Mit einer wöchentlichen Menübesprechung sollen die Essensgelüste der Bewohner ermittelt werden, so sollen die Pensionäre ihre Selbständigkeit zurückerhalten und selber entscheiden können, was sie essen wollen. Damit sollen auch die Beziehung und das Vertrauen zwischen Mitarbeiterinnen/Mitarbeitern und Heimbewohnern gefördert und gestärkt werden. Weiter soll der Einbezug der Pensionäre in die Menüplanung diesen Achtung und Anerkennung vermitteln.»

Mit informativen Einzelgesprächen suchte Andreas Litscher vorerst, bei den Pensionären das Interesse für seinen Plan zu wecken. «Ich wollte so auf eine andere Beziehungsebene gelangen: als Ansprechpartner und nicht als Koch

und Mitarbeiter des Heims an die Bewohner herantreten.» Heim- und Küchenleitung standen der Idee anfangs allerdings skeptisch gegenüber, was sich später grundlegend änderte. «Ich wurde in der Folge voll unterstützt, was meines Erachtens für das Gelingen einer solchen Idee von grosser Wichtigkeit ist. Unterstützt wurde ich natürlich auch von den Heimbewohnern. Mit ihren Ideen und Ratschlägen teilten sie mir mit, woran es ihnen mangelte. Sie waren es, die letztlich auch zum Gelingen meiner Arbeit beitrugen.»

Da einige Heimbewohner auswärts einer geregelten Arbeit nachgehen und ihr Mittagessen somit auch auswärts einnehmen, musste für die geplante Besprechung der Abend gewählt werden. Ein Mitarbeiter war ebenfalls anwesend, um die Vorschläge schriftlich festzuhalten. «Es schien mir nicht möglich, gleichzeitig Reaktionen aufzunehmen, Essensvorschläge zu diskutieren und zu notieren. Das Wichtigste ist eine gute Planung. Jede Menübesprechung muss bis ins letzte Detail vorbereitet sein. Um eine rege Teilnahme der Bewohner an der Sitzung zu gewährleisten, müssen sie entsprechend motiviert werden. Bei der allerersten Sitzung standen dafür Kaffee und Kuchen bereit. Damit erreichte ich auch die trägeren Bewohner unseres Heims.»

Von den 32 Bewohnern erschienen so deren 23 zur ersten Besprechung. Die meisten äusserten sich fröhlich, da sie sich offensichtlich durch die Einladung bestärkt fühlten zur Mitsprache. Einige wenige verhielten sich eher skeptisch gegenüber der Neuerung. Erstaunlicherweise erschienen sogar einige mit schriftlich vorbereiteten Menüvorschlägen und sogar mit einem Kochrezept.

Viel schwieriger war es, die Mitarbeiter für die neue Idee zu gewinnen. Insbesondere hatten diese für freiwillig zu leistende Überzeit keine Lust, zumal sie auch noch verspäteten Feierabend hatten. «Ich suchte mit meinen Arbeitskollegen das Gespräch und konnte ihnen verständlich machen, dass wir für die Heimbewohner hier seien. Dies wurde akzeptiert, nicht zuletzt auch, nachdem die Heimleitung meine Idee unterstützend aufgriff. Nachdem der Erfolg immer offensichtlicher wurde, lief alles fast von selbst. Bereits nach dem dritten Mal nach Einführung der Besprechung, stellte ich fest, dass das Interesse an der Mitsprache abnahm. Leider war es so, dass sich zum Beispiel nur die einen Bewohner getrauten, verbal an der Gestaltung des Menüplanes teilzunehmen. Dies wurde mir auch in Rückfragen bei den Pensionären be-

stätigt. Ich sah ein, dass man der Menüsitzung eine gewisse zusätzliche Würze verleihen musste. Mit der Zeit führte ich Abstimmungen, schriftliche Menüwünsche, welche anschliessend in der Gruppe besprochen wurden usw., ein. Auch versuchte ich, die Bewohner in die Planung eines Grillabends einzubinden... Mit der Integrierung in die Planung von solchen kleinen Festen nahm der Erfolg solcher Menüsitzungen umgehend wieder zu. Auch wurden kontinuierlich weiter Neuerungen, wie zum Beispiel ein Salatbuffet, eingeführt. Immer lagen solchen Ideen die Vorschläge von Heimbewohnern zugrunde.» Abschliessend darf gesagt werden, dass die Besprechungen zur Folge hatten:

- ein reichhaltiges Frühstück
- ein reichhaltiges Salatbuffet
- leichtere Abendessen
- Finanzen. Wie steuern, dass die Ausgaben nicht zu gross werden?
- Durch das Projekt entstanden verschiedene kleinere Projekte. Ich unterschätzte die Mehrarbeit, die dadurch entstand. Als Alleinkoch muss ich mich um alles selber kümmern. Die andere Arbeit musste auch von mir erledigt werden.

Von den Bewohnern, die sich etwas gewünscht hatten, wurde auch der Wunsch geäussert, bei «ihren» Menüs in der Küche aktiv mitzuhelfen. Außerdem mussten immer wieder Gespräche mit Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern

#### Menüplan vom 27. Mai bis 2. Juni 1996 in Freienbach

MO 27.	Salat Elisabeth Bouillon mit Flädli Rindsschmorbraten mit Knobli gespickt Kartoffelstock Rüebli Erdbeertorte	Omelette gefüllt mit Confit Milchkaffee
DI 28.	Fenchelsalat mit Orangen Rüeblisuppe Crecy Piccata Spaghetti mit «Müslisauce» Zuchetti gedämpft Windbeutel mit Rahm	Wurstsalat garniert Milchkaffee
MI 29.	Gurkensalat Gerstensuppe Rindzunge Sauce madere separat Bratkartoffeln Bohnen mit viel Knobli Vanilleköpfli mit Himbeersauce	Café Complet
DO 30.	Gekochter Rüeblisalat Potage flamande Poulet gebraten Curryreis Broccoli Früchte	Suppen z'nacht Brot Milchkaffee
FR 31.	Indianerbohnensalat Bouillon mit Dünkli Siedfleisch mit «Wulligs dra» Salzkartoffeln Lauchgemüse an weisser Sauce Gleichschwerkuchen	Früchtekuchen Milchkaffee
SA 1.	Salat mit frischen Champignons Cremesuppe Dubarry Kalbsbratwurst Zwiebelsauce Rohe Kartoffelrösti Obst	Bircher Müesli Brot und Butter Milchkaffee
SO 2.	Nüsslisalat Mimosa Kraftbrühe mit Eierstich Panierte Kotelette Pommes frites Broccoli Holländertorte	Café Complet mit Fleisch und Käse

geführt werden, um diese zu motivieren, weil durch diese Art des Kochens ein Mehraufwand entstand. Trotzdem: es hat sich eine grösse Beziehung zu den Pensionären entwickelt. Sie kommen nun auch eher in die Küche und sprechen über Menüs oder gar auch über persönliche Dinge. Sie haben zum Koch Vertrauen gefasst und sagen ihm persönlich, wenn ihnen etwas passt oder auch nicht passt. Aber auch ihre Ausdrucksweise gegenüber der Küche hat sich geändert. Wenn man früher manchmal hörte: «Was choched dä für än Seich?», so sagen die Bewohner heute dem Koch persönlich, wenn es ihnen nicht besonders schmeckt. Einige Bewohner konnten bis heute nicht zu einer Teilnahme an den Besprechungen motiviert werden. Diese sind es denn auch, die hinter der vorgehaltenen Hand reklamieren. Vielleicht kann der Koch oder ein anderer Pensionär sie doch noch für eine Teilnahme motivieren.

### **Menübesprechung und Menügestaltung mit den Heimbewohnern**

Die Pfarrmatte 1 in Freienbach ist eine Seniorenpension mit Pflegeabteilung. Hier arbeitet Karl Ochsner. Auch für ihn ging es darum, mit den Heimbewohnern vermehrt ins Gespräch zu kommen, sie mitentscheiden zu lassen im Bereich: Auswahl der Menüs, wie etwas gekocht werden sollte, alte Gerichte, eventuell vergessene Gerichte, Lieblingsgerichte, Menügestaltung. Karl Ochsner stellte sich erst einmal vor, zusammen in einer gemütlichen Runde bei einer Tasse Kaffee und einem Stück Kuchen den Menüplan für die nächsten zwei Wochen mit den Pensionären zu erarbeiten. Wenn die Besprechungen gut laufen, könnte auch abwechselungsweise mit den Pflegepatienten eine Menüplanung durchgeführt werden. Aber vorerst war es noch lange nicht so weit.

Für das Treffen wurde der Mehrzweckraum ausgewählt, die Sitzung sollte alle 14 Tage am Montagnachmittag stattfinden. Bei Abwesenheit des Küchenchefs übernimmt der Sous-chef zusammen mit dem Lehrling diese Aufgabe. Mit dieser Abmachung sollte auch während der Ferienzeit oder an Freitagen ein reibungsloser Ablauf und eine gewisse Kontinuität sichergestellt werden. Es sind aber immer zwei Angestellte von der Küche bei der Menügestaltungssitzung dabei.

Also auf zur ersten Sitzung: «Wir sitzen nun hier und versuchen zusammen, für die nächsten 14 Tage den Menüplan zu gestalten. Wer Wünsche hat, kann

**Heute Mittag**  
**um 15.00 Uhr**  
**Menübesprechung**  
**mit**  
**dem Küchenchef**  
**im**  
**Mehrzweckraum**

Karl Ochsner

sie ungeniert anbringen. Nach Möglichkeiten werde ich diese in den Menüplan aufnehmen. Am besten fangen wir mit dem Hauptgericht an. Hat jemand eine Idee, was wir am 27. Mai 1996 zum Mittagessen kochen sollen?» Betretenes Schweigen. Hat jemand eine Idee? Und dann kommt der erste Vorschlag mit einem feinen Rindsschmorbraten mit viel Knobli gespickt. Jawohl, das machen wir, dazu Kartoffelstock? Die Antwort kam sofort und einstimmig: ja, und dazu hätte ich gerne Rüebli. ... Das Eis war gebrochen, und die Vorschläge kamen nun wie aus der Pistole geschossen. Ich kam fast nicht mehr mit Schreiben mit. Zuerst kamen viele Wünsche nach Würsten und Ähnlichem: Adrio, Pastetli usw. Ich versuchte, die Wünsche etwas zu ordnen, dass es nicht dreimal hintereinander Brät gibt ... Nach einer Stunde waren meine und die Batterien meiner Pensionäre fast leer. Aber mit vereinter Anstrengung schafften wir es auch, die letzten Lücken im Menüplan zu schliessen. Bereits zur 2. Sitzung brachten die Heimbewohner Wünsche mit. Außerdem waren Reaktionen auf die Zubereitung der Gerichte zu hören: Früher habe man das doch so gemacht... An den weiteren Menüplansitzungen beteiligten sich zwischen 12 und 25 Pensionäre, je nach Lust und Laune. Es waren immer angenehme Diskussionen, die Kommunikation klappte... Die Sitzungen dauerten in der Regel zirka ein bis eineinhalb Stunden. Im Juli nahm die Presse an einer Sitzung teil, was einen Artikel in der Lokalzeitung zur Folge hatte.

Nach vier Monaten stellte Karl Ochsner eine gewisse Ermüdung der Heimbewohner fest. Sie brachten den Vorschlag ein, die Menüplansitzung nur noch monatlich durchzuführen. Dafür kam die Idee auf, die Menüplanung auch auf der Pflegeabteilung durchzuführen. So finden nun die Sitzungen abwechselungsweise mit den rüstigen

Heimbewohnern und einmal auf der Pflegeabteilung statt. Eine andere Anpassung des Projekts bildete der Versuch, mit dem Hellraumprojektor die Menüs direkt an die Wand zu projizieren. Es gab ein Durcheinander, es blieb vorerst bei dem einen Versuch. Eine andere Anregung der Pensionäre kam: die Küche solle doch abwechslungsweise den Menüplan für zwei Wochen wieder selber machen. Bis jetzt war es ja auch immer gut! gemäss Aussage einer Pensionärin. Die Auswirkungen der gemeinsamen Planungsarbeit sind jedoch klar sichtbar:

- Es herrscht ein besseres Klima untereinander, mehr Hilfsbereitschaft.
- Die Selbständigkeit steigt.
- Man redet wieder mehr miteinander.
- Die Heimbewohner akzeptieren den Menüplan, als von ihnen in Auftrag gegeben.
- Das Ansehen der Küche nach aussen steigt.
- Hier bestimmen die Heimbewohner, was sie essen wollen.
- Man ist wer und wird ernstgenommen.

Wie haben die Mitarbeiter reagiert?

- Die Mitarbeiter stehen voll und ganz dahinter.
- Die Qualität wird gesteigert.
- Das Interesse an der Arbeit ist gestiegen.
- Sie nehmen selber Wünsche der Heimbewohner entgegen und melden sie dem Koch oder verwirklichen sie selbst, zum Beispiel der Wunsch eines Pensionärs nach einem speziellen Salat. Aufgefallen sind aber auch Veränderungen im Vergleich der Menüpläne 1995/1996.
- Von den Pensionären werden mehr Kartoffeln gewünscht. Weniger Fleisch zum Mittagessen.
- Eher mehr Würste = kein Fleisch
- Einfachere Gerichte: zum Beispiel Älplermakkaronen  
Alte Gerichte (althergebrachte Gerichte)
- Keine grossen Abweichungen zum Menüplan 95 betreffs Auswahl und Zusammenstellung der Speisen.
- Es werden spezielle Bezeichnungen gewünscht, zum Beispiel: Spaghetti mit Mülsisauce. «Meine beste Kontrolle ist die Zufriedenheit meiner Gäste in der Seniorenpension. Wenn etwas nicht stimmt, oder nicht stimmt vom Menüplan her, dann kommt das Echo bestimmt beim nächsten Mittagessen. Ich muss unseren Pensionären aber auch ein Kränzchenwinden. Sie loben die Küche, wenn etwas gut war oder die Zubereitung genau nach ihren Wünschen ausgeführt wurde.»