

# FG Mensa

*Mens sana in corpore sano*



**FG Basel**

seit 1889 Bildung nach Mass

**Das FG Basel verfügt über eine eigene Mensa mit einem Team von Gastronomie-Profis. Unsere Mission ist es, den Kindern die Bedeutung von „gutem Essen“ bewusst zu machen und sie bei der Entdeckung von Geschmäckern und Aromen zu begleiten, indem wir so weit wie möglich frische und lokale Produkte verwenden.**

**Warum in der Ferne nach Produkten suchen, wenn wir sie direkt vor uns haben? Unser Ziel ist es, den Kindern resp. Jugendlichen eine gesunde, qualitativ hochwertige Ernährung zu bieten, die sowohl ihre Gesundheit berücksichtigt, als auch der Umwelt gerecht wird.**

## **Jeden Tag eine breite Auswahl**

- Neben drei verschiedenen Menüs können die Schüler und Schülerinnen eine hausgemachte Suppe geniessen, sich am Salatbuffet ihren Salatteller zusammenstellen und ein Getränk konsumieren.
- Die drei Menüs sind jeweils ein «Klassiker», der allen gefällt, eine Mahlzeit ohne Fleisch für Vegetarier sowie ein „internationales“ Gericht für Weltenbummler.
- Jeweils am Dienstag wird auch ein veganes Menü angeboten.
- Das frische Salatbuffet umfasst 20 bis 25 verschiedene Salate sowie drei Saucen, die täglich vor Ort frisch zubereitet werden. Die Salatteller können von unseren Studierenden frei zusammengestellt werden. Es ist für jeden etwas dabei.

## **Die Produktionsweise**

100% der Speisen werden vor Ort in unserer Küche zubereitet.

## **Lebensmittelallergien**

Unser Mensa-Team stellt sich auf die Ernährung jedes Einzelnen ein, so können gluten-, laktose- oder eifreie Menüs, vegane Gerichte, Menüs ohne Schweinefleisch etc. nach Bedarf zubereitet werden. Die FG Mensa ist diesbezüglich sehr flexibel.

## **Food Waste**

Das FG Mensa-Team legt Wert darauf, die Nahrungsmittelabfälle so gut wie möglich zu reduzieren, insbesondere durch die Grösse der Portionen: Je nach Appetit und Geschmack wählen die Kinder bzw. Jugendlichen eine „kleine Hungerportion“ oder eine „grosse Hungerportion“.

## **Die Organisation des Essens**

Das Essen in der Mensa findet zu drei unterschiedlichen Zeiten statt, damit das Essen in einer möglichst angenehmen Atmosphäre stattfinden kann. Jede Klasse isst an eigenen Tischen, wobei sie von einer Lehrperson begleitet wird, so dass ein anderer Austausch erfolgt als im Unterricht.

## **Pausen**

Unsere Kantine bietet in den Pausen Snacks an, die vor Ort frisch zubereitet werden (Sandwiches, Croissants, etc.)

### **FG Schule**

- > FG Spielgruppe
- > FG Basis
- > FG Primar
- > FG Sekundar A/E
- > FG Untergymnasium (Sekundar P)
- > FG Gymnasium

### **FG Erweitertes Angebot**

- > FG Tagesstruktur
- > FG Lernfit und Coaching
- > FG Begabten-/Begabungsförderung
- > FG Instrumentalunterricht
- > FG Ferienabenteuer
- > FG Mensa

FG Basel | Scherkesselweg 30 | CH-4052 Basel  
T +41 61 378 98 88 | F +41 61 378 98 80 | [info@fg-basel.ch](mailto:info@fg-basel.ch)  
[www.fg-basel.ch](http://www.fg-basel.ch)