



Fourchette verte, eine ausgewogene und nachhaltige Ernährung für alle.



Fourchette verte und Fourchette verte Ama Terra Kleinkinder

für Kindertagesstätten, Kinderkrippen, Kinderzentren/-horte (1 bis 4 Jahre)

Fourchette verte und Fourchette verte Ama Terra Junior

für Schulkantinen, Kinderbetreuung, Institutionen, Mittagstische (ab 4 Jahren)

Fourchette verte und Fourchette verte Ama Terra Erwachsene

für Restaurants, Selbstbedienungsrestaurants, Institutionen,
Gemeinschaftsverpflegungsbetriebe, Spitäler

Fourchette verte Senior

für Altersinstitutionen, Tagesstätten für Betagte, Mahlzeitendienste

Das Label wird von den kantonalen Fourchette verte Organisationen verliehen. Adressen
finden Sie auf der Webseite: www.fourchetteverte.ch

Fourchette verte Suisse.
Mit der Unterstützung von



Kanton Basel-Stadt

Kanton Basel-Landschaft

Kanton Bern



Kanton Glarus

Kanton Graubünden

Kanton Jura

Kanton Luzern

Kanton Ob- und Nidwalden

Kanton Solothurn

Kanton St. Gallen

Kanton Thurgau

Kanton Uri

Kanton Valais

Kanton Vaud

Kanton Zug

Kanton Zürich

CLASS Conférence Latine
des Affaires
Sanitaires et Sociales

Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

©Fourchette verte Schweiz, 2025



Das Label der ausgewogenen Ernährung
Le label de l'alimentation équilibrée
Il marchio dell'alimentazione equilibrata



Fourchette verte
senior@home



Warum ausgewogene Menüs für SeniorInnen?

Mit zunehmendem Alter können diverse Faktoren dazu führen, dass Personen nicht mehr ausgewogene Mahlzeiten für sich zubereiten können oder wollen. Das Risiko besteht, dass die Betroffenen teils weniger oder unausgewogen essen, was ihren Gesundheitszustand verschlechtern kann.

Im Alter nimmt der Bedarf an Energie ab, der Bedarf an Vitaminen, Mineralstoffen und Eiweiss verändert sich jedoch nicht oder steigt sogar an.

Eine unausgewogene oder nicht bedarfsdeckende Ernährung wirkt sich negativ auf die Gesundheit der älteren Personen aus. Sie werden schneller geschwächt und dadurch rascher in ihrer Selbständigkeit eingeschränkt.

Was ist Fourchette verte?

Fourchette verte ist das Schweizerische Qualitätslabel der ausgewogenen Ernährung in der Gemeinschaftsgastronomie. Basierend auf den Empfehlungen der Schweizerischen Lebensmittelpyramide, hat es altersgerechte Kriterien für Kleinkinder bis Senioren.

Gegründet wurde das Label 1993 und mittlerweile sind schweizweit über 1600 Verpflegungsbetriebe labelisiert. Unterstützt wird Fourchette verte von Gesundheitsförderung Schweiz, 17 Kantonen sowie fachlich von der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE.

Das Label Fourchette verte Senior@home

Ziel des Labels Fourchette verte Senior @home ist es, zuhause lebenden älteren Personen die Möglichkeit zu geben, via Mahlzeitendienst ausgewogene Menüs zu erhalten.

Hierfür wurden Kriterien für bedarfsgerechte Mittagsmenüs für SeniorInnen festgelegt. Labelisierte Mahlzeitendienste, wenden diese Kriterien bei ihren selbst kreierten Mittagsmenüs an.

Jeder Mahlzeitendienst, der vollständige Menüs für zuhause lebende Menschen über 65 Jahren zubereitet, kann eine Zertifizierung beantragen.

Was sind die Vorteile einer Fourchette verte-Zertifizierung für den Mahlzeitendienst?



Fourchette verte ist ein Qualitäts-Label, welches somit den Betrieb auszeichnet.



Für die Kunden ist ersichtlich, dass ausgewogene Menüs nach den Kriterien des Labels erhältlich sind.



Eine Ernährungsfachperson begleitet den Mahlzeitendienst und steht für Ernährungsfragen beratend zur Seite.



Durch die Kennzeichnung mit dem Label und der jährlichen Rezertifizierung ist erkennbar, dass der Mahlzeitendienst von einer externen und neutralen Organisation kontrolliert wird.

Für weitere Informationen über **Fourchette verte Senior@home** können Sie sich an die kantonalen Sektionen wenden. Die Kontakte finden Sie unter: www.fourchetteverte.ch.

