



Fourchette verte Health-Score

METHODIK

Technische Beschreibung

Einführung

Dieses Dokument beschreibt die Berechnungsmethode des Fourchette verte Health-Scores, der im Beelong Rechner angewandt wird.

Der Fourchette verte Health-Score wurde entwickelt, um Konsumentinnen und Konsumenten, oder ihre Eltern, wenn es sich um Kinder handelt, über den Nährwert der Gerichte, Zwischenmahlzeiten und Menüs, die in der Gemeinschaftsgastronomie angeboten werden, zu informieren. Der Beelong Kalkulator bietet einen Health-Score und einen Eco-Score an, um transparente Informationen zur ökologischen und diätetischen Qualität der Menüs zu kommunizieren.

Der Beelong Kalkulator bietet auch mehrere andere Funktionen. Dank Nährwertindikatoren, wie das Schema des optimalen Tellers und die Ernährungspyramide, ist er auch ein Hilfsmittel zur Gestaltung ausgewogener Mahlzeiten.

Es gibt drei Arten von Scores:

- Der Gerichte-Score, der Informationen zur Ausgewogenheit des Tellers liefert.
- Der Dessert/Zwischenmahlzeit-Score, der berechnet, wie gesund eine Zwischenmahlzeit oder ein Dessert ist.
- Der Menü-Score, der eine Zusammenfassung des Gerichte-Scores und des Dessert/Zwischenmahlzeit-Scores ist. Er gibt über die Ausgewogenheit des ganzen Menüs Auskunft.

Diese Scores werden anhand der Zutaten und deren Menge berechnet.



Inhaltsverzeichnis

Health-Score des Gerichts	3
Herkunft der Daten	3
Portionen nach Alter	4
Genauigkeitsbereiche.....	5
Gehalt an Nahrungsfasern, gesättigten Fettsäuren und Natrium (Salz)	6
Health-Score Dessert / Zwischenmahlzeit	7
Indikator I	7
Indikator II	8
Indikator III	9
Interpretation des Health-Scores Dessert / Zwischenmahlzeit.....	9
Health-Score des Menüs	10
Nutzungsrechte	11

ABBILDUNGEN

Abbildung 1: Health-Score Fourchette verte	3
Abbildung 2: Fourchette verte Health-Score des Gerichts.....	3
Abbildung 3: Portionen der Nahrungsmittelkategorien, die in der Berechnung des Fourchette verte Health-Score eines Gerichts miteinbezogen werden, in Gramm, nach Alter	4
Abbildung 4: Genauigkeitsbereiche der Portionen	5
Abbildung 5: Veränderung des Health-Scores des Gerichts in Abhängigkeit vom Gehalt an Nahrungsfasern, gesättigten Fettsäuren und Salz	6
Abbildung 6: Fourchette verte Health-Score für Desserts und Zwischenmahlzeiten	7
Abbildung 7: Zugeteilte Punkte für den Indikator I des Desserts / Zwischenmahlzeit Health-Score, bei fehlenden Zutaten	8
Abbildung 8: Punkte, die dem Dessert / Zwischenmahlzeit Fourchette verte Health-Score zugeteilt werden, in Bezug auf den Anteil an freien ZuckernIndikator III	8
Abbildung 9: Punkte, die dem Dessert / Zwischenmahlzeit Fourchette verte Health-Score zugeteilt werden, in Bezug auf den Anteil an gesättigten Fettsäuren.....	9
Abbildung 10: Tabelle zur Interpretation des Desserts / Zwischenmahlzeit Fourchette verte Health-Scores, in Bezug auf die Resultate der Indikatoren I, II und II.....	9
Abbildung 11: Umrechnungstabelle des Fourchette verte Health-Scores des Gerichts in Punkten, für die Berechnung des Menü Fourchette verte Health-Scores	10
Abbildung 12: Tabelle zur Interpretation des Menü Fourchette verte Health-Scores, in Bezug auf das Ergebnis der Zusammenfassung des Gerichts und Dessert Scores.....	10



Health-Score des Gerichts

HEALTH-SCORE



Abbildung 1: Health-Score Fourchette verte

Der Gerichte-Score umfasst Gerichte wie Spaghetti Bolognese, ein Linsen-Dahl mit Gemüse und Reis oder eine Lasagne. Er bezieht sich nicht auf Zwischenmahlzeiten oder Desserts. Der Gerichte Score gibt Infos zur Ausgewogenheit, auf einer Skala von «A» bis «E», wobei «A» den besten Score bildet.

Dieser Wert wird anhand der Zutaten und ihrer Mengen berechnet. Zunächst berücksichtigt der Wert die Ausgewogenheit der Ernährung hinsichtlich der Portionen von stärkehaltigen Lebensmitteln, Gemüse, proteinhaltigen Lebensmitteln und zugesetzten Fetten.

Zweitens beeinflussen der Gehalt an Nahrungsfasern, gesättigten Fettsäuren und Salz das Ergebnis des Health-Scores. Je nach Anteil dieser Lebensmittelkategorien wird eine Note von „A“ bis „E“ vergeben.

Herkunft der Daten

Die Zutaten sind nach Lebensmittelkategorien eingeteilt. Die Mengen richten sich nach den Schweizer Ernährungsempfehlungen und den altersspezifischen Nährstoffbedürfnissen. Diese Empfehlungen werden von der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung (SGE) und dem Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen (BLV) herausgegeben. Ausführliche Informationen zum optimalen Teller, zur Ernährungspyramide und zu den Nährstoffbedürfnissen finden Sie auf den folgenden Webseiten:

- [Optimaler Teller - ausgewogene Ernährung \(sge-ssn.ch\)](https://www.sge-ssn.ch/optimaler-teller)
- [Nährstoffempfehlungen - Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE \(sge-ssn.ch\)](https://www.sge-ssn.ch/nahrstoffempfehlungen)

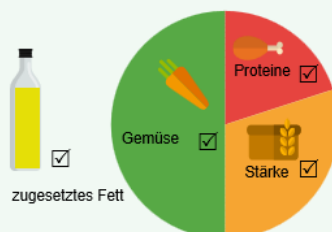


SCORE des Gerichts

HEALTH-SCORE



Das Gericht erhält einen guten Health-Score, wenn folgende Zutaten in einer dem Alter der Gäste angemessenen Menge enthalten sind:



Der Gehalt an Nahrungsfasern, gesättigten Fettsäuren und Natrium beeinflusst den Health-Score.

Durch die Auswahl von nahrungsfaserreichen Zutaten, wie Vollkornprodukte, Gemüse ..., die wenig gesättigte Fettsäuren und wenig Salz enthalten, lässt sich der Health-Score um eine Stufe verbessern, beispielsweise von C auf B.

Abbildung 2: Fourchette verte Health-Score des Gerichts



Portionen nach Alter

Die folgende Tabelle fasst die Portionen der im Fourchette verte Health-Score eines Gerichts miteinbezogenen Nahrungsmittelkategorien nach Alter zusammen. Portionen aus Milchprodukten (Käse, Joghurt und andere Milchprodukte) werden als Proteinquelle betrachtet. Hülsenfrüchte, die reich an pflanzlichen Proteinen und Kohlenhydraten sind, werden zugleich als proteinreiches und stärkehaltiges Nahrungsmittel eingerechnet.

LEBENSMITTELKATEGORIEN	Senioren		Erwachsene		16 - 20 Jahre		13 - 15 Jahre		7 - 12 Jahre		4 - 6 Jahre		2 - 4 Jahre		1 Jahr	
	Menge (g)		Menge (g)		Menge (g)		Menge (g)		Menge (g)		Menge (g)		Menge (g)		Menge (g)	
	min	max	min	max	min	max	min	max	min	max	min	max	min	max	min	max
Eiweisshaltige Lebensmittel																
Eier	120	180	120	180	120	180	120	180	120	120	60	60	30	30	30	30
Tofu, Seitan, Fleischersatz	120	120	120	120	120	120	120	120	75	90	50	50	35	35	25	25
Fleisch, Geflügel, Wurstwaren, roh	100	120	100	120	120	120	100	100	75	90	50	50	35	35	25	25
Fisch, Krustentiere, roh	100	120	100	120	120	120	100	100	75	90	50	50	35	35	25	25
Hülsenfrüchte, trocken	60	100	60	100	60	100	60	60	50	65	40	40	20	20	15	15
Hülsenfrüchte, gekocht	180	250	180	250	180	250	155	240	125	160	100	100	50	50	40	40
Sojagranulat	30	40	30	40	30	40	30	40	Aktuell keine Angaben seitens der SGE.							
Sojamilchprodukt	700	700	700	700	700	700	650	650	500	590	320	320	230	230	160	160
Hartkäse	60	60	45	60	60	60	60	60	60	60	30	30	30	30	30	30
Weichkäse	120	120	90	120	120	120	120	120	120	120	60	60	60	60	60	60
Milch	400	400	200	400	400	400	400	400	400	400	200	200	200	200	200	200
Joghurt, Milchprodukt	300	400	150	400	300	400	300	400	300	400	200	200	200	200	200	200
Gemüse																
Gemüse, Salat (Rohgewicht)	120	240	120	240	120	240	100	200	70	80	70	70	50	50	40	40
Getrocknetes Gemüse	25	25	25	25	20	20	15	15	10	10	10	10	7	7	5	5
Kohlenhydrateiche Lebensmittel																
Vollwertige / nicht vollwertige stärkehaltige Lebensmittel, gekocht	110	190	110	190	190	190	175	175	110	150	100	100	75	75	65	65
Vollwertige / nicht vollwertige stärkehaltige Lebensmittel, trocken	45	75	45	75	75	75	75	70	45	60	40	40	30	30	25	25
Kartoffel (Rohgewicht)	180	300	200	300	300	300	270	270	220	270	180	180	140	140	120	120
Hülsenfrüchte, trocken	60	100	60	100	60	100	65	65	50	65	40	40	20	20	15	15
Hülsenfrüchte, gekocht	200	250	200	250	250	250	160	240	125	160	100	100	50	50	40	40
Vollkornbrot oder Nicht-Vollkornbrot	75	125	75	125	75	125	70	120	45	100	40	50	30	45	25	25
Zugesetzte Fette																
Pflanzenöl, Butter, Sahne	10	15	10	15	10	15	10	15	10	10	10	10	5	5	5	5
Nüsse, Samen	15	30	15	30	15	30	15	30	20	20	20	20	5	5	5	5

Abbildung 3: Portionen der Nahrungsmittelkategorien, die in der Berechnung des Fourchette verte Health-Score eines Gerichts miteinbezogen werden, in Gramm, nach Alter

In der ersten Phase der Berechnung des Health-Scores des Gerichts wird die ausgewogene Ernährung wie folgt berücksichtigt:

- Die Note A bezeichnet ein ausgewogenes Gericht, das alle vier Nahrungsmittelkategorien beinhaltet (stärkehaltige Nahrungsmittel, Gemüse, eiweissreiche Nahrungsmittel und zugesetzte Fette), in den nach Alter empfohlenen Mengen (Abbildung 2), inkl. Genauigkeitsbereiche (Abbildung 4).
- Die Note B wird Gerichten zugeteilt, die 3 der Nahrungsmittelkategorien beinhalten (stärkehaltige Nahrungsmittel, Gemüse, eiweissreiche Nahrungsmittel und zugesetzte Fette), in den nach Alter empfohlenen Mengen (Abbildung 2), inkl. Genauigkeitsbereiche (Abbildung 4).
- Die Note C wird Gerichten zugeteilt, die 2 der Nahrungsmittelkategorien beinhalten (stärkehaltige Nahrungsmittel, Gemüse, eiweissreiche Nahrungsmittel und zugesetzte Fette), in den nach Alter empfohlenen Mengen (Abbildung 2), inkl. Genauigkeitsbereiche (Abbildung 4).
- Die Note D wird Gerichten zugeteilt, die 1 der Nahrungsmittelkategorien beinhalten (stärkehaltige Nahrungsmittel, Gemüse, eiweissreiche Nahrungsmittel und zugesetzte Fette), in den nach Alter empfohlenen Mengen (Abbildung 2), inkl. Genauigkeitsbereiche (Abbildung 4).
- Die Note E bezeichnet Gerichte die keine Zutaten der vier Nahrungsmittelkategorien stärkehaltige Nahrungsmittel, Gemüse, eiweissreiche Nahrungsmittel und zugesetzte Fette aufweisen oder dessen Mengen den Empfehlungen nach Alter nicht entsprechen (Abbildung 2), inkl. Genauigkeitsbereiche (Abbildung 4).



Wenn sich die Gemüsemenge eines Gerichts unter 20% der nach Alter empfohlenen Portion befindet, verliert der Fourchette verte Health-Score eines Gerichts einen zusätzlichen Punkt (zum Beispiel von « C » auf « D »).

Genauigkeitsbereiche

Für die Berechnung des Fourchette verte Health-Scores eines Gerichts wird bei den Portionsgrößen einen Toleranzbereich von -10% bis +10% für eiweissreiche Nahrungsmittel, von -10% bis unbegrenzt für Gemüse, von -10% bis +150% für stärkehaltige Nahrungsmittel und von -10% bis +10% für zugesetzte Fette miteinbezogen von -50 % bis +10 % für erwachsene Gäste und von -20 % bis +10 % für Kinder. Siehe Tabelle unten.

LEBENSMITTELKATEGORIEN

Eiweissreiche Nahrungsmittel

	Spanne	Menge (g)		Spanne
Ei	-10%	Min	Max	+10%
Tofu, Seitan, Fleischersatz	-10%	Min	Max	+10%
Fleisch, Geflügel, Wurstware, Rohgewicht	-10%	Min	Max	+10%
Fisch, Krustentiere, Rohgewicht	-10%	Min	Max	+10%
Hülsenfrüchte, Trockengewicht	-10%	Min	Max	+10%
Hülsenfrüchte, gekochtes Gewicht	-10%	Min	Max	+10%
Sojaprodukt	-10%	Min	Max	+10%
Hartkäse	-10%	Min	Max	+10%
Weichkäse	-10%	Min	Max	+10%
Milch	-10%	Min	Max	+10%
Joghurt, Milchprodukt	-10%	Min	Max	+10%

Gemüse

Gemüse, Salat, Rohgewicht	-10%	Min	Max	+100%
Gemüse, getrocknet	-10%	Min	Max	+100%

Stärkehaltige Nahrungsmittel

Stärkeprodukt, mit oder ohne Vollkorn, gekocht	-10%	Min	Max	+150%
Stärkeprodukt, mit oder ohne Vollkorn, trocken	-10%	Min	Max	+150%
Kartoffeln, Rohgewicht	-10%	Min	Max	+150%
Hülsenfrüchte, Rohgewicht	-10%	Min	Max	+150%
Hülsenfrüchte, gekochtes Gewicht	-10%	Min	Max	+150%
Brot, mit oder ohne Vollkorn	-10%	Min	Max	+150%

Zugesetzte Fette

Pflanzliches Öl, Butter, Rahm - Kinder	-20%	Min	Max	+10%
Pflanzliches Öl, Butter, Rahm - Erwachsene	-50%	Min	Max	+10%

Abbildung 4: Genauigkeitsbereiche der Portionen

Basierend auf denselben Portionen und Genauigkeitsbereichen, gibt der Beelong Kalkulator auch Auskunft über die Nahrungsausgewogenheit, abgebildet mit dem Indikator « ausgewogener Teller ».



Gehalt an Nahrungsfasern, gesättigten Fettsäuren und Natrium (Salz)

Neben der Berücksichtigung einer ausgewogenen Ernährung (Anteile an stärkehaltigen Lebensmitteln, Gemüse, proteinhaltigen Lebensmitteln und zugesetzten Fetten) wird die Berechnung des Health-Scores durch den Gehalt an Nahrungsfasern, gesättigten Fettsäuren und Salz im Gericht beeinflusst. Ein ausreichender Nahrungsfasergehalt, ein geringer Gehalt an gesättigten Fettsäuren und ein geringer Salzgehalt werden gemäss den Kriterien in Abbildung 4 positiv bewertet.

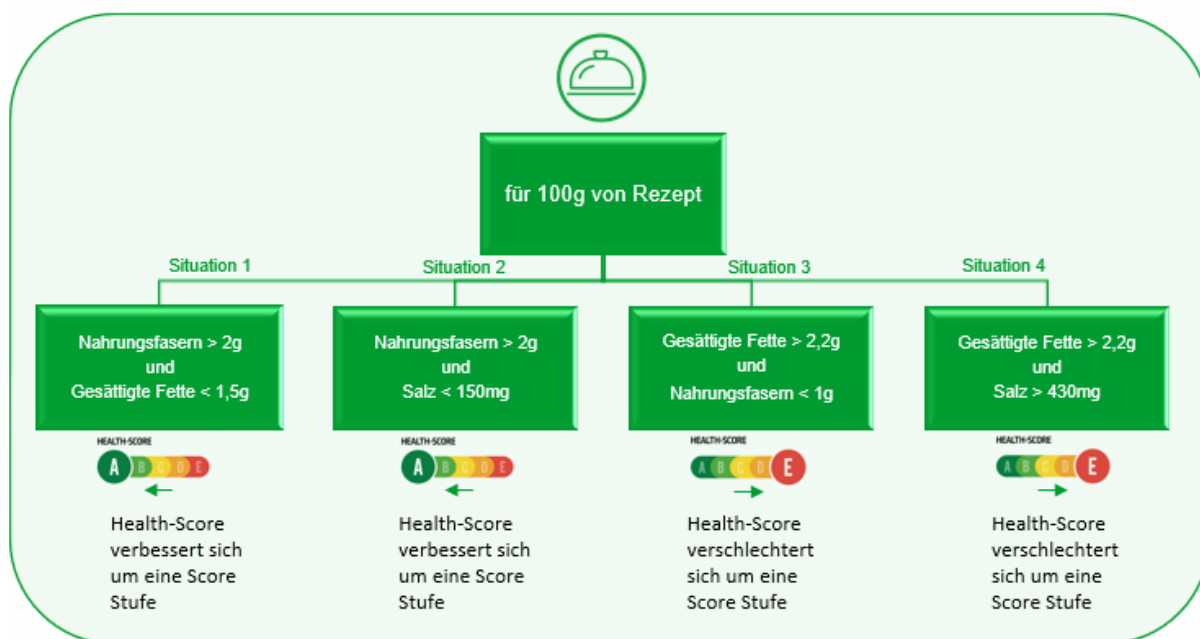


Abbildung 5: Veränderung des Health-Scores des Gerichts in Abhängigkeit vom Gehalt an Nahrungsfasern, gesättigten Fettsäuren und Salz

Wenn das Gericht sowohl einen ausreichenden Nahrungsfasergehalt als auch einen geringen Gehalt an gesättigten Fettsäuren oder Salz aufweist, wird der Health-Score um eine Stufe angehoben (beispielsweise von „C“ auf „B“).

Dies ist der Fall, wenn das Gericht pro 100 g Lebensmittel mehr als 2 g Nahrungsfasern UND weniger als 1,5 g gesättigte Fettsäuren enthält. Dies ist ebenfalls der Fall, wenn das Gericht pro 100 g Lebensmittel mehr als 2 g Nahrungsfasern UND weniger als 150 mg Salz enthält.

Umgekehrt wirkt sich ein hoher Gehalt an gesättigten Fettsäuren in Verbindung mit einem geringen Nahrungsfasergehalt oder einem hohen Salzgehalt negativ auf den Health-Score aus.

Wenn das Gericht sowohl einen hohen Gehalt an gesättigten Fettsäuren als auch einen geringen Gehalt an Nahrungsfasern oder einen hohen Salzgehalt aufweist, wird der Health-Score um eine Stufe herabgestuft (zum Beispiel von „C“ auf „D“). Dies ist der Fall, wenn das Gericht pro 100 g Lebensmittel mehr als 2,2 g gesättigte Fettsäuren UND weniger als 1 g Nahrungsfasern enthält. Dies ist ebenfalls der Fall, wenn das Gericht pro 100 g Lebensmittel mehr als 2,2 g gesättigte Fettsäuren UND mehr als 430 mg Salz enthält.

Die genannten Grenzwerte wurden unter Berücksichtigung der Fachliteratur, bestehender Normen und der gesammelten Erfahrungen festgelegt.



Health-Score Dessert / Zwischenmahlzeit

Der Fourchette verte Health-Score der Desserts und Zwischenmahlzeiten bezieht sich auf Desserts, Z'Nüni und Z'Vieri, Zwischenmahlzeiten, usw. Er basiert auf drei Zutatenindikatoren und dem Anteil an freien Zuckern und gesättigten Fettsäuren. Der Score liest sich auf einer Skala von « A » bis « E », wobei « A » der beste Score ist.



SCORE DES DESSERTS

Diese Zutaten beeinflussen den Health-Score des Desserts oder der Zwischenmahlzeit positiv.

- Früchte, Gemüse
- Joghurt, Milchprodukte, Milch
- Schalenfrüchte, Nüsse (ungesalzen)
- Hülsenfrüchte
- Eier
- Vollkornbrot, Vollkorngetreide

Ein hoher Anteil an zugefügtem Zucker oder an gesättigten Fettsäuren beeinflusst den Score negativ.

Abbildung 6: Fourchette verte Health-Score für Desserts und Zwischenmahlzeiten

Indikator I

Der Indikator I bezieht sich auf die Zutaten des Desserts / Zwischenmahlzeiten, auf einer Skala von 1 bis 100. Wenn das Dessert / die Zwischenmahlzeit ausfolgenden Zutaten besteht, wird der Anteil dieser gesamten Zutaten addiert, um den Indikator I zu ergeben.

Zutatenliste die den Health-Score der Desserts / Zwischenmahlzeiten positiv beeinflusst:

- Früchte, Gemüse
- Joghurt, Milchprodukte, Milch
- Ungesalzene Nüsse, Kerne und Samen
- Hülsenfrüchte
- Eier
- Vollkornbrot, Vollkorngetreide

Beispiel: Ein Dessert aus 80g Äpfeln und 120g Joghurt erhält, einen Indikator I von 100 (Berechnung: $((80+120) * 100) / (80+120)$). Das Maximum von 100 Punkten ist erreicht, da die Zwischenmahlzeit ausschliesslich aus Zutaten besteht, die das Dessert/Zwischenmahlzeit Health-Score positiv beeinflussen.

Eine Zwischenmahlzeit, die aus 70g Vollkornbrot und 50g Wurst besteht, erhält einen Indikator I von 58,3 (Berechnung: $(70*100) / (70+50)$). Da Wurst nicht zu den Zutaten gehört die das Dessert / Zwischenmahlzeit Health-Score positiv beeinflussen, erhält der Indikator I hier ein niedrigeres Resultat.

Wenn das Dessert oder die Zwischenmahlzeit aus keinen der gelisteten Zutaten besteht, wird das Resultat des Indikators I anhand der folgenden Tabelle zugeteilt:



Hartkäse	97
Fisch und Krustentiere reich an Omega-3 Fettsäuren	97
Weichkäse	92
Tofu, Seitan, Fleischersatz	92
Fisch und Krustentiere mit wenig Omega-3 Fettsäuren	92
Milchpulver	92
Soja-Getränk	70
Fleisch und Geflügel, fettarm	70
Gemüse- und Fruchtsaft	70
Stärkehaltige Nahrungsmittel und Brot, nicht aus Vollkorn	70
Kartoffeln	70
Milchproduktpulver	40
Fetteiche Wurstware	15
Andere	15

Abbildung 7: Zugeteilte Punkte für den Indikator I des Desserts / Zwischenmahlzeit Health-Score, bei fehlenden Zutaten

Wenn die Zwischenmahlzeit oder das Dessert mehrere Zutaten aus der Liste der Abbildung 7 beinhaltet, wird der gewichtete Durchschnitt nach Menge berechnet. Eine Zwischenmahlzeit aus 80g Weissbrot und 50g Tomme vaudoise erhält, zum Beispiel, den Indikator I 50,5 (Berechnung: $((80 \cdot 70) + (50 \cdot 92)) / (2 \cdot 100)$).

Indikator II

Der Indikator II bezieht sich auf den Anteil an freien Zuckern in der Zwischenmahlzeit oder im Dessert. Aus Gesundheitsförderungszwecken empfiehlt die Weltgesundheitsorganisation (WHO) den Verzehr von freien Zuckern, insbesondere «versteckte» Zucker in verarbeiteten Lebensmitteln, zu verringern. Der Indikator II erstreckt sich auf einer Skala von 1 bis 100. Das Resultat wird anhand folgender Tabelle berechnet:

Punkte	Freie Zucker (g/100g)
0	> 45
10	> 40
20	> 36
30	> 31
40	> 27
50	> 22,5
60	> 18
70	> 13,5
80	> 9
90	> 4,5
100	≤ 4,5

Abbildung 8: Punkte, die dem Dessert / Zwischenmahlzeit Fourchette verte Health-Score zugeteilt werden, in Bezug auf den Anteil an freien Zuckern



Indikator III

Der Indikator III bezieht sich auf den Anteil an gesättigten Fettsäuren im Dessert oder in der Zwischenmahlzeit. Die für die Gesundheit schädlichen gesättigten Fettsäuren befinden sich zum Beispiel, in beträchtlichen Mengen, in Backwaren die reich an Butter, Palmöl, Kokosfett oder Rahm sind, sowie in Schokolade, Eiscreme, Käse oder Wurstware. Der Indikator III erstreckt sich auf einer Skala von 1 bis 100. Das Resultat wird anhand folgender Tabelle berechnet:

Punkte	Gesättigte Fettsäuren (g/100g)
0	≥ 10
10	≥ 9
20	≥ 8
30	≥ 7
40	≥ 6
50	≥ 5
60	≥ 4
70	≥ 3
80	≥ 2
90	≥ 1
100	< 1

Abbildung 9: Punkte, die dem Dessert / Zwischenmahlzeit Fourchette verte Health-Score zugeteilt werden, in Bezug auf den Anteil an gesättigten Fettsäuren

Interpretation des Health-Scores Dessert / Zwischenmahlzeit

Der Fourchette verte Health-Score für Desserts und Zwischenmahlzeiten basiert auf den Resultaten der weiter oben beschriebenen Indikatoren I, II und III. Das Resultat wird mit der folgenden Berechnung der gewichteten Durchschnitte der drei Indikatoren erhalten: $((\text{Indikator I} \times 3) + (\text{Durchschnitt der Indikatoren II und III})) / 4$. Das Resultat erstreckt sich auf einer Skala von 1 bis 100 und liest sich anhand folgender Entsprechungstabelle:

Punkte	Health-score ZMZ / Dessert
95 - 100	HEALTH-SCORE A
90 - 94,9	HEALTH-SCORE B
50 - 89,9	HEALTH-SCORE C
30 - 49,9	HEALTH-SCORE D
0 - 29,9	HEALTH-SCORE E

Abbildung 10: Tabelle zur Interpretation des Desserts / Zwischenmahlzeit Fourchette verte Health-Scores, in Bezug auf die Resultate der Indikatoren I, II und III



Health-Score des Menüs

Der Fourchette verte Health-Score des Menüs bezieht sich auf Menüs bestehend aus einem Hauptgericht und einem Dessert. Der Score erstreckt sich auf einer Skala von « A » bis « E ». Er kombiniert die Scores des Gerichts und des Desserts. Für dessen Berechnung wird der Fourchette verte Health-Score des Gerichts erstmals anhand folgender Tabelle in Punkte umgewandelt:

Health-Score Gericht	Punkte
A	95
B	80
C	60
D	40
E	10

Abbildung 11: Umrechnungstabelle des Fourchette verte Health-Scores des Gerichts in Punkten, für die Berechnung des Menü Fourchette verte Health-Scores

Die Punkte des Gerichts Fourchette verte Health-Scores werden dann mit den Punkten des Dessert Fourchette verte Health-Scores zusammengefasst, mithilfe eines gewichteten Durchschnitts, je nach Anzahl Zutaten, wobei der Dessertmenge ein Koeffizient von 2 appliziert wird. Das erhaltene Resultat wird anschliessend anhand folgender Tabelle in ein Menü Health-Score umgewandelt:

Punkte	Health-Score Menü
90-100	HEALTH-SCORE A
75-89	HEALTH-SCORE B
55-74	HEALTH-SCORE C
35-54	HEALTH-SCORE D
0-34	HEALTH-SCORE E

Abbildung 12: Tabelle zur Interpretation des Menü Fourchette verte Health-Scores, in Bezug auf das Ergebnis der Zusammenfassung des Gerichts und Dessert Scores



Nutzungsrechte

Die von Fourchette verte Schweiz entwickelte Methodik ist für den Gebrauch in der Gemeinschaftsgastronomie bestimmt. Sie wird im Rahmen des Beelong Kalkulators angewandt. Jede weitere Verwendung muss bei Fourchette verte Schweiz beantragt werden, unter: info@fourchetteverte.ch.

Referenzen bitte folgendermassen angeben:

Fourchette verte Schweiz, Fourchette verte Health-Score Methodik, Juli 2026.