

## Een gezonde schoolkantine Wat kost dat?

Alle schoolkantines gezond in 2015 – daar sprak een meerderheid van de Tweede Kamer zich in 2009 voor uit. Veel scholen hebben hun aanbod al een stuk gezonder gemaakt, anderen ervaren nog drempels om te beginnen. Het Voedingscentrum biedt met het programma De Gezonde Schoolkantine informatie en praktische ondersteuning om die eerste stap te zetten. Natuurlijk vragen scholen daarbij vaak: "Wat gaat het kosten?"

Een eenduidig antwoord op deze vraag is er niet. Het kost natuurlijk tijd en energie om het aanbod te verbeteren in de schoolkantine. En soms wordt de vraag gesteld of het wel haalbaar is, omdat vaak om de hoek van de school een snackbar is en sommige jongen thuis ook veel vet, zout en zoet krijgen. De school is dan dus eigenlijk de enige plaats waar zij zien wat het betekent om te eten volgens de Schijf van Vijf. Juist daarom is het verbeteren van het aanbod op school een cruciale investering in de toekomst van de leerlingen en studenten.

Om toch zo goed mogelijk een antwoord te geven op de vraag wat een gezonde schoolkantine kost, staat in dit document een aantal factoren genoemd waar rekening mee moet worden gehouden. Ook vindt u onderaan een indicatie van het aantal uren die een school eenmalig moet steken in de overstap naar een gezonde kantine.

### Effect van gezonde voeding op leerlingen

Het is aannemelijk dat er een verband is tussen voeding, gedrag en leerprestaties. Ofwel: gezonde leerlingen presteren beter, hebben meer plezier in het leren en verzuimen minder. Van een gezond voedingspatroon profiteren ze nu én later. Bovendien toont onderzoek aan dat het gezonder maken van de omgeving leidt tot gezonder keuzegedrag van leerlingen.

## Factoren die de kosten beïnvloeden

### *De huidige situatie*

Een school waar de frituur en snoepautomaat regeren, heeft meer werk dan een school waar al veel groente, fruit en brood te koop is. De huidige situatie is met andere woorden het vertrekpunt voor het realiseren van de gezonde schoolkantine.

Hoeveel geld er moet worden besteed, zal verschillen per school, maar er moet gedacht worden aan meer uren voor personeel om verse gezonde producten te bereiden in plaats van het opwarmen van kant-en-klare snacks. Daarnaast zal er materiaal aangeschaft moeten worden om de verse gezonde producten te kunnen bereiden en te voldoen aan de richtlijnen voor HACCP, niet elke school beschikt namelijk al over dit soort keukengerei en bewaarmogelijkheden. Mogelijk is er ook nog budget nodig voor het trainen van personeel om de gezonde producten te bereiden. Met de online Kantinescan ([www.voedingscentrum.nl/gezondeschoolkantine](http://www.voedingscentrum.nl/gezondeschoolkantine)) kunnen scholen ontdekken hoe ze er nu voor staan en welke kleine en grote stappen nodig zijn om het aanbod gezond(er) te maken.

### ***Hoe ambitieus is de school?***

Uit onderzoek blijkt dat het programma De Gezonde Schoolkantine zorgt voor een beter aanbod. Dit zeggen zowel leerlingen als directie. Het gaat om een significant verschil in de verhouding gezond en ongezond<sup>1</sup>. Scholen kunnen ook met een aantal kleine stappen al veel bereiken. Het Voedingscentrum geeft uitgebreide informatie over de mogelijkheden om stapsgewijs het aanbod te verbeteren. Zo is er een inspiratielijst met suggesties voor een gezonde schoolkantine waarin de gezondere alternatieven overzichtelijk staan weergegeven. En met het aanschaffen van een tostiautomaat bied je de leerlingen een lekker warm broodje, zonder de bom aan calorieën die een frituursnack of saucijzenbroodje levert. Daarnaast kost een flesje water net zoveel als een flesje frisdrank (inkoop), maar water is een stuk gezonder!

### ***Creatief met budget***

Uit onderzoek van het Voedingscentrum onder kantinebeheerders en anderen direct en indirect betrokken bij het kantineaanbod op middelbare scholen in 2009 blijkt dat ongeveer een derde van de respondenten behoefte heeft aan extra budget op school en buiten school (van bijvoorbeeld de gemeente of GGD) voor de realisatie van een gezonde schoolkantine. De respondenten geven aan dat dit budget besteed zou kunnen worden aan het optimaliseren van de kantine-inrichting.<sup>2</sup>

Bij het ontbreken van dit extra budget, kan creatief worden omgegaan met het meeliften op andere projecten. Een voorbeeld: bij de nieuwbouw van een school, koos een directie ervoor meteen een fantastische kantine neer te zetten, inclusief een gezond aanbod. De frituur werd niet meeverhuisd. Het kost in zo'n geval tijd en energie om het plan te maken, maar de uitvoering zit feitelijk in de nieuwbouwkosten.

### ***Geld verdienen met gezonde voeding?***

Gezond hoeft niet duur te zijn. Het lijkt natuurlijk heel goedkoop en efficiënt: dertig kroketten frituren en op een warmhoudschaal leggen. Maar wat kost het schoonmaken van de frituurinstallatie, het regelmatig verversen van de olie en energie van de diepvries? Een kantinebeheerder vertelde dat hij door het versere, gevarieerdere aanbod veel meer kon inspelen op aanbiedingen bij verschillende leveranciers en het seizoen. Voorverpakte gezonde broodjes hebben als nadeel – naast het verpakkingsmateriaal – dat een beheerder de houdbaarheidsdata in de gaten moet houden.

Een Amerikaans rapport laat zien dat scholen geld kunnen verdienen met gezonde opties<sup>3</sup>. 70% van de scholen die verkoopcijfers hadden aangeleverd, bleek meer geld te verdienen na het overgaan naar een gezonder aanbod. Er wordt wel een transitieperiode gemeld waarin leerlingen moeten wennen aan het gezondere aanbod en waarin de omzet iets daalt, dit herstelt evenwel waarna de verkoopcijfers stabiliseren op een niveau dat net iets boven het oorspronkelijke ligt. Een ander onderzoek laat zien dat de meerkosten door het verhogen van het groente- en fruitaanbod grotendeels werden gecompenseerd doordat er meer verkocht werd.<sup>4</sup>

Er kan bij het invoeren van een gezond aanbod ingestoken worden op het feit dat jongeren sterk beïnvloed worden door leeftijdsgenoten. Dit geldt voor het nemen van meer snacks en frisdrank wanneer vrienden dat ook doen en het gemakkelijk te verkrijgen is in de schoolkantine. Maar: omgekeerd kan het ook. Zij kunnen elkaar positief beïnvloeden om de gezonde keuze te maken als de

---

<sup>1</sup> Nielsen, S.J., et al. (2002)

<sup>2</sup> Van den Berg, (2009)

<sup>3</sup> Making it Happen! School Nutrition Success Stories, Grainger, Senauer en Runge, (2007)

<sup>4</sup> Woodward-Lopez et al, 2005

school juist gezond eten aanbiedt<sup>5</sup>. Scholen die al een gezondere kantine hebben, geven aan dat er, na een paar voorlopers, steeds meer leerlingen volgen die bijvoorbeeld kozen voor een lekker, gezond volkorenbroodje.

### ***Kost tijd ook echt geld?***

Voor een deel is een gezonde schoolkantine een mentaliteitsverandering. Ook nu besteden scholen tijd en geld aan de kantine. Moeite, feitelijk die ook in een gezonde kantine gestoken zou kunnen worden. Als je de juiste leveranciers hebt, dan blijven de taken hetzelfde: voorraad bijhouden en bestellen. De Handleiding voor De Gezonde Schoolkantine gaat uit van teamwerk. Er is een eenmalige tijdsinvestering nodig om De Gezonde Schoolkantine op de kaart te krijgen, om doelen te stellen en die uit te voeren. Juist dan zijn vaak uren nodig, van enkele tientallen tot een paar honderd. Maar: juist voor die eenmalige acties hoeven niet alleen betaalde krachten het werk te doen. Bij een school waar de ouders sterk betrokken zijn, kunnen zij een grote bijdrage leveren aan het kantineproject. Dat geldt natuurlijk ook voor leerlingen. Er is een voorbeeld van een school waar de leerlingenraad ludieke acties bedenkt om aandacht te vragen voor de gezonde schoolkantine. Ook heeft een school aangegeven dat één personeelslid drie maanden de tijd kreeg om een gezonde schoolkantine neer te zetten. En dat lukte.

### ***Is het een praktijkschool?***

Een praktijkschool heeft leerlingen die het kantineaanbod als onderdeel van hun opleiding kunnen maken. De kookdocent is de verantwoordelijke persoon voor de inkoop en de bereiding van de producten. Hierdoor is het eenvoudig om snelle veranderingen door te voeren in het aanbod. Dat is anders op een havo/vwo school of een MBO-opleiding. Wel is er een voorbeeld waarbij een praktijkschool ook gezonde broodjes levert aan een scholengemeenschap in de buurt.

### ***Eigen beheer of cateraar?***

Er is een verschil tussen scholen met eigen catering of een externe cateraar bij het besluit om de gezonde weg in te slaan. Als een externe cateraar het aanbod levert, zullen er duidelijke afspraken moeten worden gemaakt, omdat er dan meerdere belangen spelen. Uit de cijfers blijkt dat er nog goede groei mogelijkheden zijn in de scholenmarkt. Er was in 2009 een omzettoename van 6,6 procent (van 214 naar 228 miljoen euro) stelt het FoodService Instituut (FSIN, 2009). De omzet van bedrijfscatering (de helft van de totale cateringomzet) nam nauwelijks toe, met 0,1 procent. Volgens Misset Catering biedt het feit dat het Voedingscentrum pleit voor een gezonde schoolkantine cateraars een kans om hun professionele kennis van een gezond aanbod in te zetten (Misset Catering, 2009).

#### Gemiddelde besteding

De cijfers over de gemiddelde besteding op scholen lopen nogal uiteen. Volgens Ronald Weerwag van Arron Fresh is de gemiddelde besteding op een middelbare school € 1,40 per week. Marc Damen van Markies Catering stelt dat het bedrag € 0,50 per dag is. Ronald Nuhn van JB Catering meldt dat op het ROC gemiddeld € 4,- per dag wordt uitgegeven en op het VMBO € 2,50 (Misset Catering, 2009). En Albron geeft aan dat de gemiddelde besteding per transactie € 2,18 is op het MBO. Dit bedrag is vrij laag, maar de oorzaak hiervan ligt in het feit dat het gemiddelde naar

---

<sup>5</sup> Wouters, E.J., et al. (2010)

beneden wordt gehaald doordat vele studenten alleen een kopje koffie (€ 0,40) kopen in de kantine.

Iets ouder onderzoek laat zien dat restaurants binnen het onderwijs doorgaans bijna vijf uur per dag geopend zijn en dagelijks gemiddeld ruim 250 bezoekers trekken. De dagomzet per school ligt met € 900,- tot € 1.000,- ver boven die in andere branches (Nationale Cateringonderzoek 2006, Foodstep, in: Schmeinck, 2007). De gemiddelde besteding ligt 's middags wat hoger dan elders (Nationale Cateringonderzoek 2006, Foodstep, in: Schmeinck, 2007). Het feit dat scholieren vaak meerdere keren op een ochtend/middag een aankoop doen in de kantine kan hiervoor een verklaring zijn (Nationale Cateringonderzoek 2006, Foodstep, in: Schmeinck, 2007).

#### Concurrentie toeleverende industrie

Sligro en FHC Formulebeheer hopen met catering op scholen meer omzet te genereren. Sligro heeft hiervoor de formule Break Point opgericht. Onderdeel van het contract met de uitvoerende school of ondernemer is dat Sligro vijf jaar lang de enige leverancier van producten is. Zevenentwintig schoolkantines hebben inmiddels een deal gesloten met Break Point. Volgens Rodney de Haas van Sligro is de exploitatie van schoolkantines zeker rendabel. Leerlingen besteden per schooljaar circa 100 euro aan voeding. De Haas denkt dat de activiteit wellicht ook voor cafetariahouders interessant is. 'De uren dat je op een school omzet draait, zijn bij aardig wat cafetaria's juist de grijze uurtjes, als ze al open zijn'. (Profnews, 2011).

In steeds meer aanbestedingen zal er rekening gehouden worden met het gezondheidsaspect, naast de winstmarge voor de school. Let er bij het uitkiezen van een cateraar op dat het aanbod van te voren schriftelijk wordt vastgelegd, dit bespaart later weer tijd (en eventueel) geld om het aanbod aan te passen.

#### ***Hoe is de omgeving?***

Mensen worden in hoge mate beïnvloed door omgevingsfactoren en zullen eten wat er aanwezig is. Met een gezond aanbod kan tegengewicht worden geboden aan de obesogene omgeving<sup>6</sup>. Is de school gelegen in het hart van de stad omringd door supermarkten, snackbars en benzinstations? Dan is de concurrentie wellicht groter dan bij een school die in een landelijke omgeving staat. Maar het is nog geen reden om de frikadellen dan ook binnen de school te gaan verkopen. Alcohol, sigaretten en drugs worden tenslotte ook niet in de school aangeboden.

Leerlingen geven aan verleid te worden door het ongezonde aanbod in de kantine. Als ze iets lekkers zien of ruiken, willen ze het hebben. Veel jongeren vinden dat er alleen gezonde producten verkocht mogen worden in de kantine.<sup>7</sup> Verder blijkt dat jongeren de aanwezigheid van ongezonde voeding op school een barrière vinden om gezond te eten. Ze stellen zelf voor om het gezonde eten meer beschikbaar en aantrekkelijker te maken.<sup>8</sup>

Met deze wetenschappelijke onderbouwing is de investering in een gezond aanbod gefundeerd. Daarnaast zal de school nóg meer moeten inzetten op sfeer in de kantine, om de leerlingen een prettige verblijfsruimte te bieden. Scholen kunnen bovendien afspraken maken met ondernemers uit de buurt

---

<sup>6</sup> Schwartz, M.B., et al. (2009)

<sup>7</sup> IPM KidWise (2009)

<sup>8</sup> Neumark-Sztainer, D., et al. (2003)

over toegang van (het aantal) leerlingen. Soms is het nodig om regels te maken over het verlaten van het schoolterrein in de pauzes.

### Scholen staan er niet alleen voor!

Scholen hoeven het niet alleen te doen. Het erkende programma De Gezonde Schoolkantine van het Voedingscentrum biedt praktische handvatten om dit voor elkaar te krijgen. Zo is er een duidelijk stappenplan beschikbaar, een heleboel standaard hulpmiddelen zoals de online Kantinescan, inspiratielijsten met producten, argumenten om mensen 'mee' te krijgen, vragenlijsten voor een onderzoekje. De Schoolkantine Brigade en de plaatselijke GGD bieden hulp op maat. Alle informatie over dit programma staat op [www.voedingscentrum.nl/gezondeschoolkantine](http://www.voedingscentrum.nl/gezondeschoolkantine).

### Urenindicatie

In de Handleiding voor De Gezonde Schoolkantine staat een stappenplan. Op basis hiervan, aangevuld met ervaringen uit de praktijk, wordt hieronder een globale eenmalige tijdsinvestering aangegeven voor het gezonder maken van de kantine. Natuurlijk gaat het hierbij niet altijd om uren die een school maakt. Veel taken kunnen ook door enthousiaste ouders en leerlingen uitgevoerd worden.

#### Draagvlak creëren

|   |        |
|---|--------|
| Gesprekken met docent(en)                 | 3 uur  |
| Gesprekken met leerlingen                 | 3 uur  |
| Gesprekken met ouderraad                  | 3 uur  |
| Gesprekken met GGD                        | 3 uur  |
| Gesprekken met directie                   | 2 uur  |
| Gesprekken met kantinebeheerder/ cateraar | 10 uur |

#### Inventariseren

##### Situatie in kaart brengen

|                              |         |
|------------------------------|---------|
| Uitvoeren Inventarisatietool | 0,5 uur |
| Uitvoeren Kantinescan        | 0,5 uur |

Deze zijn gratis beschikbaar via [www.voedingscentrum.nl/gezondeschoolkantine](http://www.voedingscentrum.nl/gezondeschoolkantine)

##### Voormeting doen

|                        |  |
|------------------------|--|
| Vragenlijst uitzetten  | 1 uur (standaard vragenlijst is beschikbaar) |
| Vragenlijst verzamelen | 1 à 2 uur                                    |
| Antwoorden analyseren  | 2 à 4 uur                                    |

#### Plan maken

Een eerste aanzet voor de Doelen en Acties komen uit de Inventarisatietool.

Maak hier samen jullie eigen plan van met prioriteiten en deadlines en eventueel eigen acties.  
per werkgroep

4-6 uur

#### Uitvoeren

Dit is afhankelijk van de doelen.

**Evalueren**

Nameting

Vragenlijst uitzetten

1 uur (standaard vragenlijst is beschikbaar)

Vragenlijst verzamelen

1 à 2 uur

Antwoorden analyseren

2 à 4 uur