



CHECKLISTE  
**SOFORTMASSNAHMEN ZUR ENERGIEEINSPARUNG  
IN DER GASTRONOMIE**



**Ziel:**

Den Energieverbrauch in gastronomischen Betrieben sofort senken – ohne große Investitionen.

**Wer kann das machen?** Jeder! Die Maßnahmen sind einfach umzusetzen und erfordern kein technisches Vorwissen.

## 1. KÜHLUNG & LAGERHALTUNG EFFIZIENT NUTZEN

- Temperatur optimal einstellen: Kühlschränke auf 7°C, Gefrierschränke auf -18°C.
  - Kühlgeräte regelmäßig warten: Türdichtungen prüfen, Lüftungsgitter reinigen.
  - Kühlgeräte richtig platzieren: Abstand zu Wärmequellen wie Öfen & Spülmaschinen halten.
  - Kühlraum-Türen nicht unnötig offen lassen.
  - Effiziente Beladung beachten: Keine großen Leerflächen, aber auch nicht überfüllen.
  - Nachts ungenutzte Kühlgeräte abschalten, wenn möglich.
  - Eisschichten im Gefrierschrank vermeiden: Regelmäßig abtauen.
- 

## 2. BELEUCHTUNG OPTIMIEREN

- Glühbirnen durch LED-Leuchtmittel ersetzen (bis zu 90 % Einsparung).
  - Bewegungsmelder in wenig genutzten Bereichen installieren (Lager, Flure, Toiletten).
  - Licht nur in genutzten Bereichen einschalten.
  - Tageslicht nutzen: Fenster nicht mit Möbeln oder Dekoration blockieren.
  - Lampen regelmäßig reinigen: Staub verringert die Lichtausbeute.
  - Lichtfarben anpassen: Warmweiß für Gästebereiche, Neutralweiß für Arbeitsbereiche.
- 

## 3. HEIZUNGS- & LÜFTUNGSSYSTEME RICHTIG EINSTELLEN

- Raumtemperatur optimieren: 1°C weniger spart 6 % Heizkosten.
- Heizkörper freihalten: Keine Möbel oder Vorhänge davor platzieren.
- Heizungs- & Lüftungsanlagen regelmäßig warten & Filter reinigen.
- Stoßlüften statt Dauerlüften: Fenster nicht auf Kipp lassen.

- Zeitschaltuhren oder Thermostate nutzen: Automatische Temperaturregelung spart Energie.
  - Nach Betriebsende Heizung herunterregeln oder ausschalten.
- 

#### 4. KÜCHENGERÄTE ENERGIEEFFIZIENT NUTZEN

- Geräte nur dann einschalten, wenn sie wirklich gebraucht werden.
  - Backofen frühzeitig ausschalten & Restwärme nutzen.
  - Induktionsherde statt Elektroherde verwenden (bis zu 50 % Energieeinsparung).
  - Spülmaschinen mit Warmwasserzufuhr betreiben, wenn möglich.
  - Kaffeemaschinen & Heißwasserbereiter nicht dauerhaft laufen lassen.
  - Fritteusen mit Deckeln abdecken & Heizelemente regelmäßig reinigen.
  - Mikrowellen und Kombidämpfer nur bei voller Kapazität nutzen.
  - Energieeffiziente Küchengeräte kaufen: EU-Label A++ oder besser beachten.
- 

#### 5. WEITERE SOFORTMASSNAHMEN & IDEEN

- Geräte im Standby-Modus vermeiden: Abschaltbare Steckerleisten nutzen.
- Nachts alle nicht benötigten Geräte ausschalten.
- Regelmäßige Schulungen für Mitarbeitende zu Energieeinsparmaßnahmen.
- Energiedaten aus Stromzähler oder Smart Meter regelmäßig kontrollieren.
- Lastspitzen vermeiden: Nicht alle energieintensiven Geräte gleichzeitig nutzen.
- Wärmerückgewinnung nutzen: Abluft oder Kühlungsabwärme für andere Prozesse verwenden.
- Gemeinsame Sparziele festlegen & Erfolge belohnen (z. B. Teamabend, gemeinsames Essen)

## ERFOLGSKONTROLLE: HAT SICH DIE MASSNAHME GELOHNT?

- Nach 1 Monat: Vergleich der Strom- & Heizkosten mit vorherigen Monaten.
- Nach 3 Monaten: Gibt es messbare Einsparungen? Weitere Maßnahmen planen.
- Nach 6 Monaten: Sind Mitarbeitende sensibilisiert & setzen Maßnahmen aktiv um?