

# Frühstücksstraße – Projekt Essbar

## Vernetzung im Unterricht

In Vorbereitung auf das Projekt bereiten sich die 3. Klassen im Rahmen des Sachunterrichts mit dem Thema „Gesunde Ernährung – Nahrung und ihre Bestandteile“ sowie dem Thema „Getreide – ein wichtiger Bestandteil in unserer Ernährung“ auf das Projekt vor.

Viele Drittklässler bringen ihr Wissen in die AG „Essbar“ ein. Jeden Donnerstag im 4. Block werden Rezepte von Schülern für Schüler zu einem gesunden Essbar-Angebot zubereitet und am Folgetag in der ersten Pause für alle Schülerinnen und Schüler angeboten. Den Einkauf und die Umsetzung der AG erledigen zwei Lehrerinnen.

Die Essensausgabe erfolgt durch das ehrenamtliche Engagement von bis zu vier Eltern. Diese portionieren die Speisen und geben sie in der Mensa aus. Die Kinder zahlen pro Portion 20 Cent. Uns Pädagogen vor Ort ist es wichtig, jedem Kind die Teilnahme zu ermöglichen. Da die Unkosten für die Lebensmittel durch die Einnahmen nicht gedeckt werden, erhält die AG jährlich einen Zuschuss vom Förderverein.

## Gesundes Frühstück – beste Voraussetzung für das Lernen

Im Projekt „Frühstücksstraße – Essbar“ soll der Umgang mit gesunden Nahrungsmitteln dahingehend erweitert werden, dass die Kinder sich ihr Essen nicht nur als fertige Portion aussuchen, sondern das „gesunde Frühstück“ in der Frühstücksstraße wie in einem Baukastensystem selbst zusammenstellen.

In Form eines Buffets werden Frühstückscerealien wie Haferflocken und Haferflakes sowie Obstsalat, Nüsse, Joghurt, Quark, Honig und Milch oder Saft angeboten. Das „gängige“ Angebot der Essbar soll während der Projektzeit diese Nahrungsmittel in den Speiseplan aufnehmen.

Beliefert werden wir von unseren Sponsoren. Das bedeutet für uns einen kreativen Umgang mit den gesponserten Lebensmitteln. Joghurt, Butter, Nüsse, Haferflocken, Quark, Milch, Honig, Saft und Nudeln wurden bereits vielfältig eingesetzt, da wir schon in mehreren Unterrichtseinheiten viele Rezepte von der Seite: [www.einfach-clever-essen.de](http://www.einfach-clever-essen.de) ausprobiert hatten, z. B. die Frühstückspfannkuchen oder den geschichteten Apfelschmaus.

