



Dokumentation
2010

Förderaktion

Wir mögen's frisch!

**Mehr Obst und Gemüse
für Niedersachsens Schulen**



Grußwort des Ministers	3
Grußwort Dr. Helmut Oberritter	4
Wir mögen's frisch!	
Mehr Obst und Gemüse für Niedersachsens Schulen	5
Grundschule Bardowick , Bardowick	6
Grundschule Dietrichsfeld , Oldenburg	7
Paul-Maar-Schule , Oldenburg	8
Schule im Spiet , Norden	9
Emsschule , Emden	10
Pestalozzischule Weener , Bunde	11
Pestalozzischule Brake , Brake/Unterweser	12
BBS Wesermarsch , Brake/Unterweser	13
Grundschule Mittelstraße , Bassum	14
Grundschule Bokel , Bokel	15
Gesamtschule am Wällenberg , Hambergen	16
Christian-Gymnasium , Hermannsburg	17
Hauptschule Wathlingen , Wathlingen	18
Pestalozzischule Soltau , Soltau	19
Sophie-Dorothea-Schule , Ahlden	20
BBS 6 , Hannover	21
Grundschule Moritzberg , Hildesheim	22
Schule im Großen Freien , Sehnde/Ilten	23
Gymnasium Stolzenau , Stolzenau	24
Peter-Härtling-Schule , Springe	25
Brüder-Grimm-Schule , Göttingen	26
Geschwister-Scholl-Schule , Einbeck	27
Haupt- und Realschule Eschershausen , Eschershausen	28
Hauptschule Sophienstraße , Braunschweig	29
Realschule Salzgitter-Bad , Salzgitter	30
Ev. Grundschule Waldschule am Eichelkamp , Wolfsburg	31
Schule am Harly , Vienenburg	32
Grundschule Blumensiedlung und Marienschule , Nordhorn	33
Graf-Stauffenberg-Gymnasium , Osnabrück	34
Grundschule Diesterwegschule , Osnabrück	35

Grußwort des Ministers

Ich freue mich sehr über die große Resonanz unserer Ausschreibung zum verstärkten Obst- und Gemüseverzehr an niedersächsischen Schulen. Besonders beeindruckt haben mich die zahlreichen Ideen und kreativen Ansätze, die quer über alle Schulstufen zum gelebten Alltag in vielen Schulen gehören. Und was die Schulen alles auf die Beine stellen, um das Thema Obst und Gemüse interessant und attraktiv im Schulalltag zu gestalten! Lehrerinnen und Lehrer, Eltern und immer wieder die Kinder und Jugendlichen helfen, organisieren und setzen sich ein. Das Thema gesunde Ernährung ist in den Schulen angekommen und ich möchte mich an dieser Stelle ausdrücklich für den Einsatz und das große Engagement aller Beteiligten bedanken.



Das Niedersächsische Ministerium für Ernährung, Landwirtschaft, Verbraucherschutz und Landesentwicklung hat diese Ausschreibung über die Vernetzungsstelle Schulverpflegung organisiert, um das Thema Obst und Gemüse für niedersächsische Schulen präsent und attraktiv zu präsentieren. Der Schulalltag profitiert in vielfältiger Weise von einer gut organisierten und gesundheitsförderlichen Verpflegung seiner Schülerinnen und Schüler. Gemeinschaftsgefühl, Aufmerksamkeit, Konzentrationsfähigkeit, Kenntnisse und Fertigkeiten: All dies kann auf hervorragende Weise über das gemeinsame Essen und Trinken vermittelt werden. Schulen, die diesen Weg bereits seit vielen Jahren erfolgreich beschreiten, wissen um die vielfältigen und äußerst positiven Erfahrungen für den Schulalltag.

Ich hoffe, diese Dokumentation trägt dazu bei, die vielen Optionen, Chancen und Wege aufzuzeigen, die niedersächsische Schulen schon heute bei der Umsetzung einer guten Verpflegung vor Ort haben.

Gert Lindemann

Niedersächsischer Minister für Ernährung,
Landwirtschaft, Verbraucherschutz und Landesentwicklung



Grußwort Dr. Helmut Oberritter



Liebe Leserinnen und Leser,

Maßnahmen der Ernährungsaufklärung und -bildung schaffen Bewusstsein für eine vollwertige Ernährung, bewirken aber häufig keine unmittelbare Änderung des Ernährungsverhaltens. Wenn Verhalten schwer zu ändern ist, muss man die Verhältnisse, in denen die Menschen leben, ändern. Eine Erfolg versprechende Maßnahme der Verhältnisprävention ist es, Menschen einen leichten Zugang zu Obst und Gemüse zu schaffen. Schulen sind dafür ideal: Wird Kindern und Jugendlichen dort Obst und Gemüse angeboten, steigert dies den Verzehr dieser Lebensmittel.

Die Förderaktion „Wir mögen’s frisch! Mehr Obst und Gemüse für Niedersachsens Schulen“ ergänzt die vielfältigen und erfolgreichen Maßnahmen der Vernetzungsstelle Schulverpflegung Niedersachsen und des bundesweiten Projekts „Schule plus Essen = Note 1“ in idealer Weise.

Die Förderungsempfänger von „Wir mögen’s frisch! Mehr Obst und Gemüse für Niedersachsens Schulen“ haben es geschafft, auf kreative Weise den Konsum von Gemüse und Obst in Schulen anzukurbeln und, so wie wir hoffen, nachhaltig zu fördern. Probleme wie Konzentrationsschwäche, Müdigkeit und verringerte geistige Leistungsfähigkeit können durch richtiges Essen und Trinken mit vermieden werden. Gemüse und Obst sind die Eckpfeiler einer gesundheitsfördernden Ernährung und tragen bei reichlichem Konsum langfristig zur Gesunderhaltung bei. Ein Großteil der geförderten Schulen wurde von der Vernetzungsstelle Schulverpflegung Niedersachsen nach Ende der Förderaktion besucht und die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind beeindruckt von der Vielzahl der guten Konzepte, die genau dies bereits umsetzen.

All die gewürdigten Konzepte können zur Nachahmung motivieren. Es ist wünschenswert, möglichst viele Nachahmer zu finden, um den Konsum von Obst und Gemüse in den Schulen Niedersachsens zu fördern.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'H. Oberritter'.

Dr. Helmut Oberritter

Geschäftsführer Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V.

Wir mögen's frisch! Mehr Obst und Gemüse für Niedersachsens Schulen

Mit der Fördermaßnahme „Wir mögen's frisch! Mehr Obst und Gemüse für Niedersachsens Schulen“ wurden im Jahr 2010 Schulen unterstützt, die auf besondere Art und Weise den Verzehr von Obst und Gemüse bei ihren Schülerinnen und Schülern steigern.

Die Vernetzungsstelle Schulverpflegung Niedersachsen DGE schrieb in Zusammenarbeit mit dem Niedersächsischen Ministerium für Ernährung, Landwirtschaft, Verbraucherschutz und Landesentwicklung und der Landes- schulbehörde die Förderaktion im Sommer 2010 für alle allgemein- und berufsbildenden Schulen in Niedersachsen aus. Gesucht wurden Konzepte zur Steigerung des Verzehrs von frischem Obst und Gemüse bei Schülerinnen und Schülern. Diese Konzepte konnten aus Maßnahmen, Initiativen oder Interaktionen bestehen. Dabei wurde der Fokus ebenso auf schulische Konzepte für Ernährungsbildung und -praxis sowie Verpflegungsangebote mit hohem Frischeanteil gelegt wie auch auf Initiativen von Schülerfirmen. Besondere Beachtung galt der Innovation und Kreativität der eingereichten Konzepte, aber auch der Aspekt der Nachhaltigkeit (im Sinne von ökologisch, ökonomisch und sozial gerecht) spielte im Entscheidungsprozess eine Rolle. Darüber hinaus fand auch die Weiterbildung der Schülerinnen und Schüler in Bezug auf Ernährungsfragen und Verbraucherverhalten im Zuge der Förderung Berücksichtigung. Die Konzepte sollten möglichst langfristig verankert werden.

Belohnt wurden die 30 Schulen, die nach Meinung der Jury die besten Konzepte eingereicht hatten, mit einer Sachmittelerstattung in Höhe von 500 Euro. Die Jury, bestehend aus Vertretern des Niedersächsischen Landwirtschaftsministeriums, des Niedersächsischen Kultusministeriums, der Vernetzungsstelle Schulverpflegung und der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE), hatte die schwierige Aufgabe, die Auswahl aus den insgesamt über 130 eingegangenen Konzepten zu treffen.

Im Rahmen einer Feierstunde im November 2010 übergaben die damalige Niedersächsische Ministerin für Ernährung, Landwirtschaft, Verbraucherschutz und Landesentwicklung Astrid Grotelüschen und Dr. Helmut Oberritter, Geschäftsführer der DGE, die Urkunden an die ausgewählten Schulen.

Die ausgezeichneten Schulen werden im Folgenden, nach Postleitzahlen geordnet, mit ihren Ideen vorgestellt.





Grundschule Bardowick, 21357 Bardowick

Kontakt: Frau Pottke, Frau Köster
www.grundschule-bardowick.de



Gemüse- und Obsttüte

An der Herstellung des angebotenen Pausensnacks in der Grundschule Bardowick sind unterschiedliche Personengruppen beteiligt: die Schülerfirma der Grundschule, Eltern, Schüler, Sponsoren, Senioren des Mehr-Generationen-Hauses Bardowick, die Schülerfirma der benachbarten Haupt- und Realschule Bardowick. Dahinter steckt die Idee, Kinder so früh wie möglich und so spielerisch wie nötig an gesunde Ernährung heranzuführen, dabei die Eigeninitiative zu fördern, ihr Sozialverhalten positiv anzusprechen und dieses Projekt unter dem Aspekt der Nachhaltigkeit zu integrieren.

Ziel ist es, die Kinder mit einem gesunden Pausensnack nachhaltig in ihren Ernährungsgewohnheiten zu beeinflussen. So war die Idee der Gemüse- und Obsttüte geboren, die seit August 2009 an der Grundschule Bardowick

für die ca. 400 Kinder angeboten wird. Die Rohkost wird in Tüten verkauft, deren Form an die klassische Pommestüte erinnert. Die selbst hergestellten Tüten aus gewaschenen Getränkekartons sind acht bis zehn Mal wieder verwendbar. Die fertigen Tüten werden in eine Styropor-Tafel gesteckt, mit Gemüsesticks und Dip gefüllt und in der Pause an die Schüler verkauft. Das saisonale Obst und Gemüse kommt aus der Region. Das einfache und nachhaltige Prinzip begeistert Eltern, Kinder und Lehrkräfte. &

Grundschule Dietrichsfeld, 26127 Oldenburg

Kontakt: Frau Lange

www.oldenburg.de/stadtol/index.php?id=5148

GESUNDWIENIX

Seit dem Jahr 2006 beschäftigt sich die Grundschule Dietrichsfeld intensiv mit dem Thema gesunde Ernährung. Dabei hat sich die Schule zum Ziel gesetzt, dass die tägliche Versorgung mit Obst und Gemüse an der Schule zur Selbstverständlichkeit wird. Mit dem angebotenen Pausenfrühstück, dem Schulgarten und dem geplanten Naschgarten ist die Schule damit auf einem guten Weg.



In einem gemütlich gestalteten Caféraum wird täglich von der Schülerfirma Milch, Obst, Gemüse – wenn möglich aus dem eigenen Schulgarten – verkauft. Die Lebensmittel werden von regionalen Händlern bzw. Landwirten vor Ort bezogen. Es helfen zwei Mütter beim Verkauf. Rohkost gibt es umsonst; für anderes müssen die Kinder zahlen. Gelegentlich wird der Milchhof von einzelnen Klassen besichtigt. Innovativ ist dies Konzept, da es sehr stark von den Schülern getragen wird. Die Organisation und der Verkauf in der Cafeteria, die Abfragen bei Schülern und Eltern, die Informationsflyer und die Idee, mehr Obstbäume und Beerensträucher zu pflanzen, kommt von den Schülern, das heißt von der Schülerfirma. &



Paul-Maar-Schule, 26135 Oldenburg

Kontakt: Frau Anwald
www.paulmaarschule.eu



Freches Früchtchen

Erlebnisorientiert und spielerisch, mit Spaß und Freude sollen die Schülerinnen und Schüler der Paul-Maar-Schule an das Thema Obst und Gemüse herangeführt werden. Lernen mit allen Sinnen, Praxisnähe und ein interessanter Methoden-

mix sollen die Kinder aller Jahrgangsstufen begeistern und motivieren. Eigene Zubereitung, Sachwissen, experimentelles Handeln lassen Obst und Gemüse zu einem festen, selbstverständlichen Bestandteil des eigenen Speiseplanes werden. Durch ehrenamtliche Mithilfe von vielen Eltern sind die Projekte realisierbar. Finanzielle Unterstützung bekommt die Schule von regionalen Sponsoren.

Jeden Monat wählt die Schule eine Obst- oder Gemüsesorte zum Obst oder Gemüse des Monats. In vielen Projekten wird gesunde Ernährung an der Schule gelebt. Dazu gibt es dann Theaterstücke, Kochschulen, Beautytage. Zwei- bis viermal im Jahr wird ein großes Frühstücksbuffet zubereitet. Auch bei Schulfesten wird auf Buffets konsequent Obst und Gemüse angeboten. Die Schule kooperiert dazu mit regionalen Gemüsehändlern aus der Region, einem Bio-Bauernhof und Bäckereien. Außerdem ist das Erlernen von Sozialverhalten wie Tischmanieren Teil des Ernährungskonzeptes. &

Schule im Spiet, 26506 Norden

Kontakt: Frau Eta Willers
www.schule-im-spiet.de

Gesundes Frühstück

Am Projekt der Schule Im Spiet sind Kinder, Lehrkräfte sowie Eltern beteiligt. Alle Kinder der Schule sollen die Möglichkeit bekommen, frisches Obst, Gemüse und Milchprodukte in der Schule zu verzehren. Täglich gibt es ein ausgewogenes Frühstück für die Kinder in zwei Pausen zu einem günstigen Preis zu kaufen: Gemüse, Obst, Milchprodukte, Müsli, Gemüsegesichter und Gemüseschiffe. Das Obst und Gemüse kommt von umliegenden Bauern. Zum gesunden Frühstück treffen sich Schüler aller Altersgruppen und Schultypen und kommunizieren miteinander in einer gemütlichen, ruhigen und familiären Umgebung.

Alle Klassen der Schule nehmen am Projekt „Die gesunde Brotdose“ teil. Daneben wird im Unterricht für einige Klassen der Ernährungsführerschein angeboten, die ersten Klassen beteiligen sich am Projekt „Klasse 2000“. Eltern können auch einen Geburtstagsgutschein für 5,00 Euro erwerben: Das Geburtstagskind kann dann die Klasse zu einem besonderen Frühstück in die Mensa einladen. Freitags gibt es ein Elterncafé in der Mensa. Eltern treffen sich und tauschen sich aus, nebenbei können sie bei der Zubereitung des Frühstücks zuschauen und selbst bei der Vorbereitung helfen. &





Emsschule, 26721 Emden

**Kontakt: Herr Schwieder (NiKo-Fachkraft)
Frau Becker-de Boer (Ernährungsfachkraft AWO Emden)
www.emsschule-emden.de**



Gesundes Frühstück an der Grundschule Emsschule

Das Modellprojekt „Gesundes Frühstück an der Grundschule Emsschule“ ist ein Projekt zur Gesundheitsförderung, Elternpartizipation und Esskultur in Schule. Dieses Projekt wird seit Ende 2008 mit Einbindung von Eltern und Lehrkräften als fester Bestandteil des

Unterrichtsjahrgangs und klassenbezogen durchgeführt. Die konzeptionellen Grundlagen wurden durch eine Ernährungsfachkraft der AWO und der Fachkraft aus dem NiKo-Projekt entwickelt. Finanzielle Unterstützung erhält die Schule durch die Stadt Emden. Weitere Kooperationspartner sind Lebensmittelhändler und -hersteller in der Region. Jede Woche wird mit einer Klasse (jede Klasse ist einmal im Monat dran) pädagogisch aufbereitet ein Frühstück mit ehrenamtlicher Unterstützung von Eltern zubereitet. Es wird sehr viel Wert auf Tischkultur, Hygiene, Verhalten am Buffet usw. gelegt.

Das Projekt hat die Förderung des gesundheitsbewussten Ernährungsverhaltens der Kinder sowie die Vermittlung von Alltagskompetenzen zum Ziel. Sie lernen verantwortungsvoll mit Lebensmitteln umzugehen und ihr Frühstück eigenverantwortlich zu organisieren. Immer mit dabei ist eine Handpuppe, die Dinge erklärt und Fragen stellt. Besonders wichtig ist der hohe Obst- und Gemüseanteil, liebevoll zubereitet wie z.B. zu Gurkenschlangen, Apfelspiralen, Paprikasegelschiffen und vielem mehr.

Seit Ende 2009 werden die Eltern in speziellen Schulungen durch die Ernährungsfachkraft der AWO darauf vorbereitet, den Unterricht eigenverantwortlich für die Klassen vorzubereiten und durchzuführen. Durch dieses Projekt wurde eine deutliche Verbesserung des Schulklimas erreicht. &

Pestalozzischule Weener, 26831 Bunde

Kontakt: Frau Leuschner
www.pestalozzischule-weener.de

Gesundes Pausenfrühstück

An der Pestalozzischule in Weener kamen in der Vergangenheit viele der 140 Schülerinnen und Schüler ohne Frühstück in die Schule. Um die Kinder zu versorgen und ihnen darüber hinaus die Möglichkeit zu



geben, neue Lebensmittel kennen zu lernen und die Zubereitung gesunder Speisen zu erlernen, entstand die Idee, ein gesundes Pausenfrühstück anzubieten. Die Hauswirtschaftsklassen der Jahrgänge sieben bis neun sind daran mit den jeweiligen Fachlehrkräften beteiligt.

Je eine Klasse organisiert an zwei Tagen in der Woche im Rahmen des Hauswirtschaftsunterrichts den Pausenverkauf mit frisch gepressten Säften, Rohkostteller mit Vollkornbrot und anderen Gemüse-Obst-Snacks, Müsli und Milch. Die Kinder kaufen selber ein, bereiten zu und verkaufen. Der selbst gebaute Verkaufsstand ist ansprechend gestaltet. Es gibt eine einheitliche Verkaufskleidung. Das Angebot variiert und wird im Voraus auf einer Tafel angekündigt – für die kleineren, die noch nicht lesen können, werden die Speisen in Bildern dargestellt. Die beteiligten Schülerinnen und Schüler haben eine Lebensmittelhygieneschulung mitgemacht. &



Pestalozzischule Brake, 26919 Brake/Unterweser

Kontakt: Frau Plate
www.pestalozzischule-brake.de



Fit ist der Hit – Obst und Gemüse ist gesund und lecker!

Oberstes Ziel der Förderschule mit ca. 150 Schülerinnen und Schülern ist bei diesem Projekt die Versorgung der Kinder mit frischem Obst und Gemüse. Viele Kinder kommen aus sozial benachteiligten Familien,

in denen selten Rohkost angeboten wird. Aus diesem Grund liefert einmal pro Woche ein örtlicher Obst- und Gemüsehändler an die Förderschule Obst und Gemüse. Die Kinder einer bestimmten Klasse verteilen diese auf sogenannte Klassenkörbe, die dann von Schülern der einzelnen Klassen abgeholt werden. Im Laufe der Woche können die Schülerinnen und Schüler diesen Korb dann leeren. Zusätzlich besteht die Möglichkeit, die Schulküche für besondere Zubereitungen zu nutzen. Die Schüler sind begeistert und essen das Angebotene sehr gerne. Einige berichten, dass sie die Rezepte zu Hause selber ausprobieren. Sie entwickeln auch eigene Ideen, was man mit den verschiedenen Obst- und Gemüsesorten Neues zubereiten kann.

Mit wenig Aufwand hat diese Schule sehr große Effekte erzielt. Die Schüler freuen sich wöchentlich auf den Obstkorb. Durch dieses Projekt können alle Kinder in den Genuss eines Obstes oder Gemüses am Tag kommen. Finanziert wird „Fit ist der Hit“ vom zuständigen Landkreis. Außerdem sind die Landfrauen und die benachbarte Berufsschule in Unterrichtseinheiten und Schulungen praktisch eingebunden. &

BBS Wesermarsch, 26919 Brake/Unterweser

Kontakt: Frau Warns, Frau Agena
www.bbs-wesermarsch.de

WesSVita – Wesermarsch – Schule und Leben

Das Konzept ist denkbar einfach: Es wird kostenlos und täglich an alle Schüler und Schülerinnen, die wollen, ein Apfel ausgegeben. Nach erfolgreicher Einführungsphase werden dann auch Milchprodukte, Gemüse- und andere Obstsorten verteilt. Gesundes Essverhalten soll gefördert werden.



Die Berufsfachschulklassen der Hauswirtschaft nehmen die Äpfel entgegen, waschen diese und sorgen für die Ausgabe an einem dafür eingerichteten Apfelstand. Hier präsentieren die Schülerinnen und Schüler auch in jeder Pause Broschüren und Informationen. An die täglich 1500 Schülerinnen und Schüler sowie an einen kreiseigenen Kindergarten in der BBS werden wöchentlich etwa 300 kg Äpfel verteilt.

Oft werden den „Hauswirtschafterinnen“ schon auf dem Weg zum Verkaufsstand die Äpfel aus den Körben genommen. Begleitet wird das Projekt von Workshops zur Vermittlung von Ernährungskompetenz. Die Evaluation und Auswertung des Projektes übernimmt das benachbarte Gymnasium. &



Grundschule Mittelstraße, 27211 Bassum

Kontakt: Frau Gaumann (NiKo-Fachkraft)
www.gs-mittelstrasse.de



Wie schmeckt das? Schulobstprojekt Bassum

Gemeinsam mit vier weiteren Schulen in Bassum konnte die Grundschule Mittelstraße in Zusammenarbeit mit NiKo-Fachkräften, dem Bassumer Netzwerk Gesundheit und anderen freiwilligen Helfern ein Schulobstprojekt verwirklichen. Dabei wird einmal im Monat an der Schule kostenlos an die Klassen 3, 4 und 5 Obst und Gemüse verteilt. Auch unbekanntere Sorten wie Blumenkohl und Rote Bete werden roh getestet. Die Kinder sind davon begeistert und probieren gern. Sie bereiten das Obst oder Gemüse mit der Lehrkraft zu.

Im Vordergrund des Projektes stehen gemeinsames Probieren, Sehen, Anfassen, Schmecken und Testen mit allen Sinnen. Daneben

werden hygienische Grundlagen zum Umgang mit Lebensmitteln und Techniken und zur Zubereitung wie Umgang mit dem Messer sowie Schälen, Schneiden und Zerkleinern mit verschiedenen Küchengeräten vermittelt. Tatkräftige Unterstützung bekommt die Schule von der NIKO-Fachkraft. Die Schule ist gut vernetzt mit regionalen Landwirten (z.B. Betriebsbesichtigung des Bioland-Betriebes, Apfelmoterei, Milchviehbetrieb) und Gemüsevermarktern. Dadurch bekommen die Kinder einen Bezug zu den Lebensmitteln aus der Region und ihren Anbauern. Die Lebensmittel werden zum Teil von den Landwirten und Erzeugern gespendet. &

Grundschule Bokel, 27616 Bokel

Kontakt: Herr Mahlstedt, Frau Müller
www.grundschule-bokel.de

Projekt Obstkorb

Der „Obstkorb“ an der Grundschule Bokel garantiert eine ausgewogene, gesunde Ernährung zusätzlich zum Pausenbrot. Schwerpunktmäßig beinhaltet der „Obstkorb“ regionale, frische Produkte vom Hofladen im Dorf. Angereichert wird das Angebot durch saisonale oder weniger verbreitete Obst- und Gemüsesorten, die einige Kinder nicht kennen. Zur Erntezeit wird das Angebot durch Früchte aus elter- und großelterlichen Gärten ergänzt: Kinder ernten teilweise selbst und bringen die Früchte für den „Obstkorb“ mit in die Schule.



Das Obst, das dreimal pro Woche an die Schülerinnen und Schüler verteilt wird, wird in mundgerechte Happen geschnitten. Das Projekt lebt insbesondere von dem Netzwerk aus Sponsoren und den ehrenamtlichen Helfern. 45 Eltern und Großeltern tragen zu einem lebendigen Miteinander bei und die Schülerinnen und Schüler werden stark mit einbezogen, z.B. bei der Verteilung des Obstkorb.

Seit April 2009 kann an der Schule für die 170 Schülerinnen und Schüler der Obstkorb verteilt werden und trägt damit zu einem ausgewogenen Frühstücksangebot für alle Kinder bei. &



Gesamtschule am Wällenberg, 27729 Hambergen

Kontakt: Frau Goetter

www.gesamtschule-hambergen.de



Gesund ist cool – gemeinsam tun wir Gutes!

„Gesund ist cool – gemeinsam tun wir Gutes!“ Das beinhaltet die Versorgung der Schüler und Schülerinnen mit einem ausgewogenen Frühstück und Mittagessen. Ziel ist die Steigerung des Obst- und Gemüseverzehrs durch

das Angebot der kostenlosen „Hasenteller“, wie sie im Lehrerkollegium genannt werden.

Seit 1997 wird in Hambergen die Gesamtschule von Müttern mit einem Frühstück versorgt. Zahlreiche engagierte Eltern (ca. 70, einige haben mittlerweile keine Kinder mehr an der Schule und helfen immer noch ehrenamtlich) – eingeteilt nach Einsatzplan – bereiten morgens in der Schule den Pausenverkauf vor. Obst und Gemüse von Kohlrabi über Karotten bis zu Äpfeln werden mundgerecht auf Platten angerichtet und kostenlos angeboten. Am Mittwoch bietet die Schülerfirma außerdem ein kostengünstiges warmes Mittagessen an der Schule an. Es besteht aus einem Hauptgericht, Salat und Nachtisch. An zwei weiteren Tagen bereitet die Hauswirtschaftsklasse der Jahrgangsstufe neun gesunde Snacks zum Mittag zu, z.B. Vollkornsandwiches, gemischte Salate, Quarkspeisen und gefüllte Fladenbrote. Herausragend an diesem Projekt ist, dass Eltern, Schüler und Schülerinnen und Lehrkräfte Hand in Hand über den Tag verteilt für eine gesunde Schulverpflegung sorgen. &

Christian-Gymnasium, 29320 Hermannsburg

Kontakt: Herr Webel
www.gyher.de

Natürlich frisch

Unter dem Projektnamen „Natürlich frisch“ kooperieren die Schulgarten-AG, die Koch-AG und die Schulmensa. Ziel ist es, unter Beteiligung der Schülerinnen und Schüler gesundheitsfördernde Gaumenfreuden im Schulalltag anzubieten.

Während die Schulgarten-AG gesundes Obst und Gemüse produziert, erprobt und kreiert die Koch-AG möglichst vitaminerhaltende und schmackhafte Rezepte. Die Produkte der Koch-AG werden möglichst zeitnah (Erntesaison) in der Schulmensa durch Mitglieder beider AG's allen Mensa-Besuchern an einem separaten Tisch gratis oder kostengünstig angeboten und durch beigelegte Rezepte nachhaltig ergänzt. Zusätzlich werden Produkte des Schulgartens in der Schule verkauft. Eine Idee für die Zukunft ist es, aus dem Projekt eine Schülerfirma zu gründen.

Die Schule arbeitet mit dem zuständigen Gesundheitsamt zusammen, sodass die hygienischen Vorschriften bei allen Beteiligten eingehalten werden. Dieses Projekt hat Vorbildcharakter, weil es nur wenige Gymnasien gibt, die einen eigenen Schulgarten betreiben und weil die gute Kooperation und Verbindung zwischen Schulgarten-AG und Koch-AG bzw. Mensa bemerkenswert ist. &





Hauptschule Wathlingen, 29339 Wathlingen

Kontakt: Herr Sudmeier
www.hs-wathlingen.de



Gesund leben aus eigenem Anbau

Die Hauptschule Wathlingen betreibt einen eigenen Garten in einer Kleingartenkolonie, direkt neben der Schule. Im Rahmen des Ganztagesangebotes bewirtschaften zwei Garten-AG's diesen Schulgarten. Unterstützt werden sie sporadisch von Mitgliedern des Kleingartenvereins, die in der Ferienzeit das Gießen übernehmen. Angebaut werden Kräuter, Obst, Gemüse, Getreide und Blumen. Das geerntete Obst und Gemüse wird kostenlos oder zu kleinen Preisen an die Schülerschaft in Stücken oder mundgerecht in der Pause abgegeben. Zu besonderen Anlässen werden Obstspieße zubereitet und für 50 Cent verkauft. Außerdem dürfen nach Absprache auch der Hauswirtschaftsunterricht

oder die Koch-AG die Lebensmittel verarbeiten. In der Mensa wird zusätzlich einmal in der Woche ein Obstkorb aufgestellt.

Falls keine ausreichenden Mengen aus dem Garten angeboten werden können, wird aus einem Hofladen saisonales Obst und Gemüse zugekauft. Durch den eigenen biologischen Anbau verfolgen die Schülerinnen und Schüler die Lebensmittelproduktion von der Saat bis zur Ernte. Die Anzahl der Schülerinnen und Schüler der Garten-AG sowie die Akzeptanz und das Bewusstsein für die Zusammenhänge Anbau-Ernte-Verzehr sind deutlich gestiegen. Das bestätigt den Erfolg des Projektes. In Zukunft soll die Zusammenarbeit in diesem Bereich mit einer benachbarten Grundschule weiter ausgebaut werden. &

Pestalozzischule Soltau, 29613 Soltau

Kontakt: Herr Bruns
www.pestalozzischule-soltau.de

Soltauer Schüler- frühstück

Ein kostenloses Frühstück vor der ersten Stunde – unter anderem für sozial benachteiligte Schülerinnen und Schüler – bietet die Pestalozzischule in Soltau gemeinsam mit der Soltauer Tafel an. Einmal in der Woche bereiten Rentner ein reichhaltiges und ausgewogenes Frühstück für die Schülerinnen und Schüler vor. Alle dafür notwendigen Lebensmittel werden gespendet. Das Frühstück in gemütlicher und entspannter Atmosphäre soll vermitteln, wie schön es sein kann, in gemeinsamer Runde die erste Mahlzeit des Tages zu sich zu nehmen.



Für jede Klasse werden zusätzlich Platten mit Obst und Rohkost bereitgehalten. Nach anfänglicher Zurückhaltung nehmen inzwischen viele Jugendliche das Angebot gerne in Anspruch. Die gespendete Menge an Obst und Gemüse vom Wochenmarkt ist so reichhaltig, dass sogar die benachbarte Kindertagesstätte mit Obst- und Gemüseplatten versorgt werden kann.

Dieses Projekt zeichnet sich im Wesentlichen durch drei Aspekte aus: ein gesundes Frühstück in einladender Atmosphäre, die ehrenamtliche Mitarbeit von Senioren sowie die Vermeidung einer Stigmatisierung bedürftiger Schülerinnen und Schüler, da das Essen für alle kostenfrei angeboten wird. &



Sophie-Dorothea-Schule, 29693 Ahlden

Kontakt: Frau Wolf, Frau Göpf
www.gs-ahlden.de



Gesundes Frühstück

An zwei Tagen in der Woche wird in der Grundschule Ahlden ein ausgewogenes Frühstück angeboten. Eltern bereiten das Frühstück vor. Besonderer Wert wird darauf gelegt, die Kinder stark mit einzubeziehen. Das Frühstück beinhaltet viel Obst und Gemüse. Der ortsansässige Bäcker backt dafür speziell kleine Körnerbrötchen. Die Schüler nehmen mit den Lehrkräften gemeinsam in einer Frühstückspause im Klassenraum das „Gesunde Frühstück“ ein. Bei dieser Gelegenheit werden auch Benimmregeln während des Essens geübt.

Im Sachunterricht werden Grundsätze der gesunden Ernährung erarbeitet. Eltern beliefern wenn möglich die Schule kostenlos mit Obst und Gemüse aus ihren Gärten, deshalb ist zumindest im Sommer die Frische garantiert und die Kosten werden

gering gehalten. Weitere Zutaten werden gekauft. Die Eltern der einzelnen Klassen kümmern sich abwechselnd um die Zubereitung des Frühstücks. Die Kinder sind anschließend für den Abwasch zuständig. Auf Streuobstwiesen werden Äpfel eingesammelt, die dann in der Schule eingekellert werden.

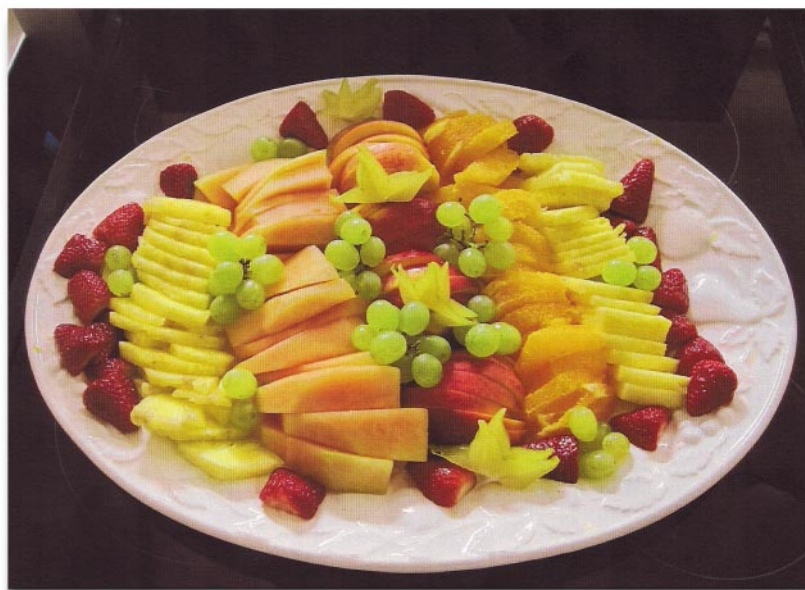
Können die Eltern die Kosten für das Frühstück nicht bezahlen, werden diese von der Kirchengemeinde Ahlden, dem Kooperationspartner der Grundschule, übernommen. &

BBS 6 Hannover, 30169 Hannover

Kontakt: Frau Wangler
www.bbs6-hannover.de

Gesunde Zwischenmahlzeit

Die Berufsbildende Schule (BBS) 6 in Hannover ist mit ca. 1500 Schülerinnen und Schülern ein wichtiges Kompetenzzentrum für Jugendliche in der Region Hannover. Ein großer Anteil der Schülerschaft kommt aus sozial benachteiligten Familien. Es hat sich gezeigt, dass viele der größtenteils erwachsenen Schülerinnen und Schüler gar nicht wissen, welche Obst- und Gemüsesorten es gibt und wie sie schmecken. Einige können sich keine gesunde Ernährung leisten oder kommen morgens ohne Frühstück zur Schule. Aus diesem Defizit heraus ist das Projekt „Gesunde Zwischenmahlzeit“ entstanden.



Der Schulkiosk der BBS 6 in Hannover wird von Schülerinnen und Schülern betrieben. Als Ergänzung zum bisherigen Sortiment bereiten die Klassen aus dem Ernährungsbereich seit dem Schuljahr 2010/2011 täglich Obstspieße, Gemüsesticks und selbst gepresste Säfte vor. Diese werden zum Einkaufspreis abgegeben. Das Angebot variiert täglich. Dabei sind abwechselnd Schülerinnen und Schüler aus drei Klassen des Ernährungsteams, eine Assistentkraft und eine verantwortliche Lehrkraft zuständig. Durch den Verkauf im Schulkiosk bekommen die Schüler über die gesunde Nahrung hinaus Einblick in Aufbau und Durchführung eines kleinen Unternehmens.

Nach anfänglichen Schwierigkeiten ist das Projekt gut angelaufen und einige Obstsorten wie z.B. Äpfel werden mit Begeisterung – auch schon vor der eigentlichen Pause – angenommen. &



Grundschule Moritzberg, 31139 Hildesheim

**Kontakt: Herr Meier (Schülerfirma „Der grüne Moritz“),
Frau Brunotte (Schulgarten)
www.nibis.ni.schule.de/~moritz/**



Frisch auf den Tisch! – Gesundes Frühstück durch die Schüler- firma „Der grüne Moritz“

Die Grundschule Moritzberg bietet ein sehr umfassendes Konzept, in dessen Fokus der 600 m² große Schulgarten steht. Ein Großteil der Schülerinnen und Schüler arbeitet dort regelmäßig, pflegt die Beete, erntet das Obst und Gemüse und kümmert sich um die Kräuterpyramide. In der schuleigenen Koch-AG werden die frischen, biologischen Produkte gerne für leckere Speisen verwendet. Viele Äpfel und Birnen werden in den Pausen direkt an die Kinder verteilt. Die „Mitarbeiter“ der Schülerfirma „Der grüne Moritz“ übernehmen diese Tätigkeit mit Begeisterung und großem Engagement. Auch Eltern und Lehrer helfen beim Ernten, Verarbeiten und Vermarkten

der Früchte, des Gemüses, der Marmeladen und Fruchtmuse. Durch die enge Zusammenarbeit der Schulgarten-AG mit der Schülerfirma erhält der Schulgarten eine quantitative und qualitative Aufwertung. &

Schule im Großen Freien, 31319 Sehnde/Ilten

Kontakt: Frau Meyer-Glose, Frau Hegemann-Grochowski
www.sigf.de

Gesunde Schule/ Frühstücksergänzung- teller: FET

An der Förderschule Schwerpunkt Sprache im Großen Freien bereiten einmal pro Woche Schülerinnen und Schüler einer Klasse Obst- und Gemüseteller für alle anderen Klassen zu, den sogenannten „Frühstücksergänzungsteller“ kurz „FET“.



Die Kinder haben große Freude an der Zubereitung der FET entwickelt und es macht ihnen viel Spaß, im Rahmen der Klassengemeinschaft Nahrung zuzubereiten, die reichlich beladenen Teller an die anderen Klassen weiterzugeben und gemeinschaftlich zu essen. Besonders wichtig ist ihnen das Lob und die Neugier der Kinder (jede Woche sieht der Teller anders aus!), denen sie den FET bringen. Sie werden immer sehnsüchtig erwartet. Die Arbeitsaufteilung ist durch einen gut organisierten Plan geregelt. Jede Klasse ist alle sechs oder sieben Wochen für die Zubereitung eingeteilt. Der Klassenlehrer kauft ein und legt den Wochentag für den FET fest, der rechtzeitig über einen Aushang angekündigt wird. Ist diese Klasse auf Klassenfahrt oder anderweitig verhindert, wird für Ersatz gesorgt.

Der Aufwand wird von der Schule insgesamt als gering eingeschätzt. Der Nutzen für die Schülerinnen und Schüler wird als überaus positiv bewertet. Die Finanzierung erfolgt durch den Förderverein sowie durch Spenden. &



Gymnasium Stolzenau, 31592 Stolzenau

Kontakt: Frau Rieger
www.gymnasium-stolzenau.de



Lecker Essen mit Obst und Gemüse aus der Region

Das Mensakonzept am Gymnasium Stolzenau wird für die 1100 Schülerinnen und Schüler seit der Einführung im Schuljahr 2008/2009 ständig verbessert und weiterentwickelt. Dabei arbeitet die Schule mit der Verbraucherzentrale Niedersachsen zusammen.

An fünf Tagen in der Woche gibt es Frühstücks- und Pausenangebote. Als Mittagessen werden dreimal pro Woche Tiefkühlgerichte zubereitet, zweimal pro Woche wird in Anlehnung an die DGE-Standards frisch gekocht, alternativ gibt es einen Salatteller oder ein Salatbuffet. Aktuell steht eine kleine Cafeteria-Küche zur Verfügung, die Mensa wird im August 2011 fertig

sein. Das tägliche Angebot beinhaltet u.a. Gemüsetüten mit mundgerechten Gemüsestücken, Schülerfutter, Obstkorb, Vollkornbrot und Brötchen mit hohem Vollkornanteil. Die Schülerinnen und Schüler können hier jeden Tag von 8:30 bis 15:00 Uhr Obst und Gemüse erhalten. Eingekauft wird regionale Ware, teilweise in Bioqualität.

Mit Flyern und Postern, die von Schülerinnen und Schülern selbst gestaltet werden, wird auf das ausgewogene Angebot der Cafeteria aufmerksam gemacht. Einmal im Jahr wird eine Schülerbefragung zur Kundenzufriedenheit durchgeführt und ausgewertet. &

Peter-Härtling-Schule, 31832 Springe

Kontakt: Frau Fritsch, Frau Garen, Frau Glaubitz
www.phs-springe.de

Frisches Obst und Gemüse als Pausensnack – Klassen- obstschalen

In der Vergangenheit stellte sich eine zuverlässige Frühstücks- und Pausenverpflegung an der Peter-Härtling-Schule als großes Problem dar. Seit 2008 werden nun dreimal in der Woche unterschiedliche Angebote für die rund 90 Schülerinnen und Schüler gemacht.



Einmal in der Woche gibt es ein Pausenfrühstück in Buffetform für alle Schülerinnen und Schüler für einen kleinen Beitrag (0,30 Euro). Dieses wird von den Hauswirtschaftsklassen liebevoll zubereitet und ausgegeben. In gemütlicher Atmosphäre kann während der Pause gefrühstückt werden. An einem anderen Tag gibt es ein kostenloses Müslifrühstück für alle Klassen. Die Hauswirtschaftsklasse verteilt auf Tablett die entsprechenden Zutaten in die Klassen. An einem dritten Tag wird eine Obstschale für die Klassen angeboten. Damit sind die Schulklassen der Jahrgangsstufen 7, 8, 9 und 10 mit den jeweiligen Fachlehrkräften an der Schulverpflegung beteiligt. Hinzu kommen die Klassen, die die Dekoration für das Buffet herstellen und dadurch ebenfalls einen wertvollen Beitrag zum Gesamtverpflegungskonzept leisten. Die gemeinnützige Gesellschaft mbH „Hilfe für hungernde Kinder“ sowie der Verein der Eltern und Freunde der Peter-Härtling-Schule helfen bei der Finanzierung. &



Brüder-Grimm-Schule, 37075 Göttingen

Kontakt: Frau Bodemeyer
www.bgs.goe.ni.schule.de



Iss Dich fit

Wie an zwei weiteren Grundschulen in Göttingen wird an der Brüder-Grimm-Schule einmal pro Woche für jede Klasse eine Kiste mit Obst und Gemüse der Saison, das bereits mundgerecht portioniert ist, für die Frühstückspause verteilt. Zubereitet wird es für die insgesamt 750 Schülerinnen und Schüler von den Mitarbeitern von „Arbeit & Leben“, einem Projekt,

das Möglichkeiten schafft, junge arbeitslose Frauen und Männer wieder in den Arbeitsmarkt zu integrieren. Für die Verteilung an die Schulen ist ebenfalls „Arbeit & Leben“ zuständig. Die Lebensmittel kommen aus der Region und sind teilweise ökologisch produziert und das Angebot wird auf das jahreszeitliche Obst- und Gemüseangebot abgestimmt.

20 Prozent der Kosten tragen die Eltern mit einem Halbjahresbeitrag, der Rest wird aus Spenden finanziert. Projektbegleitend gibt es Unterrichtseinheiten in den Klassen zwei bis vier, die von einer Ökotrophologin durchgeführt werden, eine Koch-AG, Unterrichtseinheiten zum Thema Ernährung im Rahmen des Sachunterrichts sowie Kochangebote im Ganztagsbereich. Regelmäßig finden zur Evaluation des Projektes Treffen mit den Kooperationspartnern und -schulen statt. &

Geschwister-Scholl-Schule, 37574 Einbeck

Kontakt: Frau Hunsche
www.einbeck-online.de/schulen/gss

Gesundes, kostenfreies Frühstück vor dem Unterricht

An der Geschwister-Scholl-Schule, Ganztagsgrund- und Hauptschule in Einbeck, wird seit Mitte 2008 ein kostenloses, gesundes Frühstück vor dem Unterricht angeboten. Vor der ersten Stunde wird von einer Küchen- und Servicekraft, (Arbeitsgelegenheit mit Mehraufwandsentschädigung) ein Frühstück vorbereitet. Es gibt Vollkornbrot, Käse, Wurst, Marmelade, Obst, Gemüse, frisch angerührten Joghurt, Müsli und Tee. Die Kinder kommen gerne zum Frühstück in familiärer Atmosphäre. Einige Mädchen nutzen die Runde auch zum Reden bei einer Tasse Tee. Eltern und Hauptschüler helfen nach Möglichkeit beim Aufräumen. Eine pädagogische Mitarbeiterin ist täglich anwesend, hat „ein offenes Auge und Ohr“ für die Schülerinnen und Schüler und deren Sorgen. Sie übernimmt die Leitung des Projektes und begleitet es kontinuierlich.



Zudem gibt es einen Schulgarten, der von der Garten-AG bewirtschaftet wird. Dort wachsen Tomaten, Beeren und Kartoffeln. Auf benachbarten Streuobstwiesen pflücken Schülerinnen und Schüler Äpfel, die in der Schule eingelagert und hauptsächlich für das Frühstück verwendet werden. &

Hauptschule Sophienstraße, 38118 Braunschweig

Kontakt: Frau Joormann
www.hs-sophienstrasse.de

Gesunde Sophie – „Wir kochen für an- dere“ und „Gesundes Freitagsfrühstück“

Für viele der 300 Schülerinnen und Schüler an der Hauptschule Sophienstraße in Braunschweig ist der Mittagstisch der einzige Ort, an dem sie eine gute und erschwingliche Mahlzeit bekommen. Unter Mithilfe einer Lehrerin und Müttern kochen die „Chiller“ – so nennt sich das



Küchenteam – gemeinsam mit Schülerinnen und Schülern der Klassen fünf und sechs 40 bis 60 Mittagessen täglich selber und erstellen das „Gesunde Freitagsfrühstück“. In gemütlicher („chilliger“) Umgebung kann zusammen mit anderen gegessen werden. Dabei lernen die Schülerinnen und Schüler zwanglos über ein entspanntes Miteinander in der Chill-Küche gesunde Ernährung kennen und schätzen und trainieren und verinnerlichen das gesunde Essverhalten täglich neu. Das Obst und Gemüse wird aus Schrebergärten und von Freunden der Schule gespendet oder von Landwirten aus der Umgebung bezogen.

Da die Ausstattung des Raumes, auch das Nähen der Tischdecken, durch Schülerinnen und Schüler erfolgte, besteht ein hohes Maß an Identifikation und Verantwortung für ihre Chill-Küche. Es wird kaum etwas zerstört oder beschmutzt, alle fühlen sich wohl. &



Realschule Salzgitter-Bad, 38259 Salzgitter

Kontakt: Herr Hesse
www.rs-sz-bad.de



Chill in – Essen und Trinken mit Herz

Der Realschule Salzgitter-Bad ist es gelungen, trotz schwieriger Rahmenbedingungen die Cafeteria „Chill in – Essen und Trinken mit Herz!“ zu gründen. Sie wird bewirtschaftet von der gleichnamigen Schülerfirma. Angeboten wird hier täglich in den großen Pausen ein Frühstücksbuffet. An einem Buffet können sich die Schülerinnen und Schüler täglich bedienen. Für einen Euro gibt es ein komplettes Frühstück. Neben Salaten, Quarkspeisen, Obst und Gemüse werden dort auch Saftschorlen sowie Müsli angeboten.

Der Service wird nicht nur von Schülerinnen und Schülern geleitet, sondern auch von ehrenamtlichen Müttern und

Omas unterstützt. Dabei werden gesundheitsförderliche Lebensmittel wie Obst und Gemüse kostenlos angeboten und durch den Verkauf der anderen Lebensmittel finanziert. So bekommen auch die, die kein Geld haben, etwas Gutes zum Frühstück. Dank des enormen Engagements und der Akquise von Spendenmitteln ist es möglich, gemeinsam im „Chill in“ essen und trinken zu können. Die Organisation liegt in den Händen der Schülerfirma, die als Genossenschaft organisiert ist. &

Ev. Grundschule Waldschule am Eichelkamp, 38440 Wolfsburg

Kontakt: Frau Achilles

www.evangelische-grundschule-wolfsburg.de

Teekränzchen

Jeden Tag ab 15:30 Uhr findet an der evangelischen Ganztagsgrundschule Waldschule Eichelkamp in Wolfsburg das „Teekränzchen“ statt. Alle Kinder des Ganztagsangebotes kommen zu dieser Zeit zusammen und haben die Möglichkeit, in einer gemütlichen Atmosphäre mit ihren Schulfreundinnen und -freunden einen gesunden Nachmittagssnack zu sich zu nehmen.



Hierfür richtet eine Vorbereitungsgruppe von Kindern und einer Erzieherin einen Raum gemütlich her und bereitet einen gesunden Snack zu. Dieser Snack besteht im Wesentlichen aus Obst und Gemüse (Salate, Quark etc.), aber z.B. auch aus selbst gebackenem Vollkornbrot mit frischem Kräuterquark, selbst gepressten Säften (Saftschorlen), oder selbst hergestelltem Frischkornbrei.

Es gibt eine Kooperation mit einem örtlichen Bio-Lieferanten. Neben dem täglichen Nachmittagssnack sind Saat- und Ernteaktionen auf regionalen Bauernhöfen im Frühjahr sowie ein eigener Schulgarten geplant. Ziel des „Teekränzchens“ ist es, die Kinder an gesunde und nachhaltig produzierte Lebensmittel heranzuführen, indem sie selbst an der Herstellung und Zubereitung beteiligt werden. Die Kinder sollen ein Verständnis für Lebensmittel, deren Entstehung, Herkunft und Verarbeitung entwickeln, sie sollen eine Vorstellung zum regionalen Anbau bekommen und erste hauswirtschaftliche Erfahrungen machen. &



Schule am Harly, 38690 Vienenburg

Kontakt: Frau Zerst

www.schule-am-harly.de www.vastvoid.com/harly



Schülerfirma KIOSK SGmbH

Die Schule am Harly in Vienenburg ist eine Förderschule mit dem Schwerpunkt geistige Entwicklung für ca. 110 Schülerinnen und Schüler. Die Schülerfirma KIOSK SGmbH wurde 2009 als Projekt der Abschlussstufe (10.-12. Schulbesuchsjahr) gegründet und als Lernfeld im schuleigenen Lehrplan verankert.

Die Schülerinnen und Schüler der zweiten Abschlussstufenklasse erwerben durch ihre Arbeit in der Schülerfirma KIOSK SGmbH vielfältige Kompetenzen in der kooperativen Arbeit, in der Organisationsplanung und im Lernbereich „Ernährung“. Die in

der Schülerfirma KIOSK SGmbH tätigen Schülerinnen und Schüler bereiten aus frischem, saisonaktuellem, möglichst im Schulgarten selbst angebautem und/oder biologisch angebautem Obst und Gemüse Frucht- und Gemüse-speisen zu, z.B. Joghurts und Quarkvarianten ohne Zuckerzusatz. Diese werden dann im Schulkiosk an die Schülerinnen und Schüler der Schule verkauft. Besonders hervorzuheben ist der Frühstücksservice, bei dem die Lehrkräfte und Schülerinnen und Schüler online für einen Euro aus verschiedenen Komponenten ein individuelles Frühstück kombinieren und bestellen können. Stets gibt es dazu Obst und Gemüse. Ebenfalls im Angebot sind ein Catering- und ein Kuchenbestellservice. &

Grundschulen Blumensiedlung und Marienschule, 48527 Nordhorn

Kontakt: Frau Hindriks

www.marienschule-nordhorn.de www.grundschule-blumensiedlung.de

Obst- und Gemüsesnack = Schulfruchtpause

Das Konzept der Grundschulen Blumensiedlung und Marienschule ist einfach, aber sehr praktikabel gestaltet: Jeden zweiten Mittwoch wird in der ersten großen Pause eine nett hergerichtete Obst- und Gemüseplatte an alle Klassen beider Schulen verteilt.

Eltern bereiten den Obst- und Gemüsesnack mit saisonalem Obst wie Äpfel, Bananen, Birnen, Mandarinen, Nektarinen und Weintrauben oder Gemüse wie Karotten, Gurken, Cocktailtomaten, Kohlrabi und Paprika zu. Diese Schulfruchtpause wird jedes Mal etwas anders gestaltet: als kunterbunter Obstteller, in Form von Platten mit Gesichtern, Obstspießen, als Rohkost mit Dips oder als Obstsalat. In den Klassen sind die Lehrer mit eingebunden, sie motivieren die Kinder, Obst- und Gemüse von dem hergerichteten Teller zu nehmen und erklären ihnen die verschiedenen Sorten. Das Obst und Gemüse wird weitestgehend von einer Nordhorer Supermarktkette gesponsert. Ein Euro pro Kind wird vom Förderverein übernommen. Mit dieser Schulfruchtpause können alle Kinder erreicht werden und genießen begeistert Obst und Gemüse.

Bei der Zubereitung haben die Mütter die Möglichkeit, sich mit anderen Eltern auszutauschen, in welcher Form ihre Kinder am liebsten Obst und Gemüse essen. Hier werden viele Ideen und Hilfestellungen weitergegeben, um Kindern auch im Elternhaus Obst und Gemüse schmackhaft zu machen. Einmal jährlich kommt eine Ernährungsberaterin und steht für weitere Fragen zur Verfügung. &





Graf-Stauffenberg-Gymnasium, 49080 Osnabrück

Kontakt: Frau Schütze, Frau Mai, Frau Gropitsch
www.teacher-net.de www.gsg-os.de



Fruchtoase

Die Fruchtoase ist eine 2004 gegründete Schülerarbeitsgemeinschaft, deren Ziel es ist, den Schülerinnen und Schülern frische, gesunde und vitaminreiche Speisen anzubieten. Die gesunden Zwischenmahlzeiten stammen aus der Umgebung oder werden aus fairem Handel bezogen. Die Schülerfirma bereitet in der ersten großen Pause Obststücke und -säfte, Gemüsesticks mit Kräuterquark und Joghurtspeisen zu und stellt Getränke (Wasser, Schorle) bereit. In der zweiten großen Pause findet der Verkauf statt. Gleichzeitig sollen die „Kunden“ Informationen über gesunde

Ernährung erhalten. Das Angebot wird vor allem von jüngeren Schülerinnen und Schülern angenommen und erlebt großen Zuspruch. Der Preis der Produkte wird so gering wie möglich gehalten.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter lernen in der Fruchtoase Wissenswertes über gesunde Ernährung und Hygiene. Innerhalb der Schülerfirma vertiefen die Schülerinnen und Schüler außerdem ihre Kenntnisse über Ernährung und Hygiene. Darüber hinaus lernen sie die beruflichen und organisatorischen Strukturen einer Schülerfirma kennen und führen Schulungen zum Thema gesunde Ernährung an Grundschulen und in den 5. Klassen der Schule durch.

Mit einem Teil des Gewinns wird die Partnerschule in Peru unterstützt, diese verwendet das Geld wiederum für die Finanzierung ihrer Schulmensa. &

Grundschule Diesterwegschule, 49084 Osnabrück

Kontakt: Frau Sandfort
www.diesterwegschule-os.de

Café Kunterbunt

Das Café Kunterbunt der Diesterwegschule in Osnabrück wird seit vier Jahren von Eltern betrieben und versteht sich als Ergänzung zum Mittagsangebot. Das Café öffnet täglich in der ersten großen Pause von 9:25 bis 10:00 Uhr und wird von allen Kindern gut und gerne angenommen.



Das Angebot des Cafés ist vielfältig und versorgt die Kinder mit frischen und gesunden Sachen: Von Vollkornbrot über Müsli bis zu Obst- und Gemüsetücken. Der Aufschnitt ist ohne Schweinefleisch, damit die Brote von allen Kindern gegessen werden können. Auf Weißmehlprodukte wird komplett verzichtet. Zu jedem Brot dürfen sich die Kinder kostenlos Obst und Gemüse nehmen. Am Nachmittag wird erneut Obst und Gemüse kostenlos angeboten. Beliebt sind vor allem die dreimal jährlich stattfindenden Aktionswochen mit einem bestimmten Motto, in deren Rahmen Obstspieße, Quark oder Fruchtsäfte und auch Süßigkeiten gereicht werden. Ansonsten gibt es im Café Kunterbunt keine Süßigkeiten zu kaufen. Neben der wichtigen Arbeit für die Kinder haben die rund 30 ehrenamtlich helfenden Eltern auch eine Menge Spaß beim Vor- und Nachbereiten. &

Wir mögen's frisch!



Bei einer Feierstunde am 19. November 2010 im Niedersächsischen Landesmuseum Hannover wurden 30 Schulen für ihre Konzepte zur Steigerung des Obst- und Gemüseverzehrs ausgelobt.

Mehr Obst und Gemüse für Niedersachsens Schulen



Kontakt:

Vernetzungsstelle Schulverpflegung Niedersachsen

Auf der Hude 2

21339 Lüneburg

Tel.: (04131) 15 27 68

Fax: (04131) 15 29 91

E-Mail: kontakt@dgevesch-ni.de

www.dgevesch-ni.de

Impressum:

Deutsche Gesellschaft
für Ernährung e.V.
Vernetzungsstelle
Schulverpflegung
Niedersachsen
Auf der Hude 2
21339 Lüneburg

Redaktion:
Vernetzungsstelle
Schulverpflegung
Niedersachsen DGE

Gestaltung:
MH FotoDesign, Bremen

Bildnachweis:

Titelseite: MH FotoDesign, Bremen;
S. 13: Nordwestzeitung, Oldenburg;
Kopfleiste (Obstbanner): 5 am Tag e.V.;
Alle weiteren Bilder mit freundlicher
Genehmigung der teilnehmenden Schulen

Umfassende Informationen rund
um das Thema Schulverpflegung
finden Sie auch unter:

www.dgevesch-ni.de
und
www.schuleplussessen.de

Stand: 04/2011