

Gesundes Frühstück in der Grundschule & Förderschule Sprache in Oker

Unsere Schule nimmt seit gut 4 Jahren am EU – Schulprogramm Niedersachsen ‚Schulobst und Gemüse‘ teil. In jeder vollen Schulwoche wird am Montag vom Bioland Hof Vollheyde Obst und Gemüse geliefert. Die Menge wird nach der Anzahl der Schulkinder berechnet. Pro Portion werden je 85 g bis max. 100 g pro Kind finanziert.

Das Obst und Gemüse wird von unseren ‚Obstmuttis‘ (inzwischen helfen auch zwei ‚Obstvatis‘ mit) zubereitet. Eine Obstmutter organisiert nun schon im dritten Jahr den Einsatz, damit an jedem der Tage mindestens zwei Elternteile zum Helfen da sind. Jede



Klasse erhält ein Tablett (mit Deckel), damit in den Klassen rechtzeitig zur Frühstückspause genascht werden kann.

So manches Schulkind isst in der Schule plötzlich Obst und Gemüse, obwohl es zu Hause nichts davon anrühren würde. Vielleicht liegt es an der mundgerechten Zubereitung, vielleicht aber auch an der Gemeinschaft. Sie staunten über lila und gelbe Möhren und konnten sich nicht vorstellen, so etwas zu essen. Später wurden diese ursprünglichen Möhrensorten sogar verlangt, weil sie so lecker geschmeckt haben.



Es wird überwiegend regionales Obst und Gemüse angeboten, aber im Sommer freuen sich die Schulkinder auch mal über ein Stück Wassermelone und im Winter über Mandarinen, Bananen und Orangen.

Leider werden die Schulen nur in den Wochen mit 5 Schultagen beliefert. Aber dank einer großzügigen Spende des LIONS-Club Goslar – Rammelsberg konnten wir seit den Sommerferien für die ‚kurze Wochen‘ selbst Obst und Gemüse einkaufen. Die LIONS haben diese Spendenaktion unter der Überschrift ‚Gesundes Frühstück/ Gesundes Essen‘ beschlossen. In Absprache mit den Eltern, die das Obst zubereiten, haben unsere Schulkinder in diesen Wochen also trotzdem gesünder frühstücken können. Das freut uns besonders, da es auch immer wieder Schulkinder gibt, die ohne Frühstück in die Schule kommen oder mit einem ungesunden, das z. B. aus Süßigkeiten besteht. In manchen Klassen wurden die angebotenen Lebensmittel auch im Unterricht verarbeitet, wenn es darum ging, z. B. einen Obstsalat herzustellen oder einen Fruchtquark.

