

Fruchtig fit - wir machen mit!

Um gut und fit durch den Tag zu kommen, ist eine vielseitige Ernährung mit frischem Obst und Gemüse sehr wichtig. Seit April 2015 nehmen wir an dem europäischen Schulfruchtprogramm mit finanzieller Unterstützung der europäischen Gemeinschaft in Zusammenarbeit mit den Land Baden-Württemberg teil.

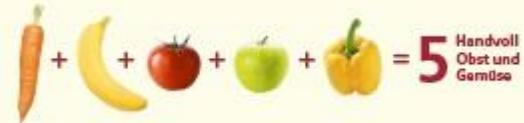


Wir möchten unseren Kindern vermitteln ...

- mit allen Sinnen Obst und Gemüse erforschen.
- dass Obst und Gemüse lecker schmeckt und gesund ist
- die Vielfalt von Früchten und ihre typischen Eigenschaften zu erkennen
- Kompetenzen bei der Zubereitung von Obst- und Gemüse zu entwickeln

Wir empfinden die pädagogische Begleitung – auch in der Erziehungspartnerschaft - für die Kinder- als sehr wichtig an und engagieren uns deshalb.

Saisonales Obst und Gemüse aus der Region wird von uns bevorzugt angeboten. Ein Saisonkalender unterstützt die Kinder bei der Auswahl. Die optimale Menge ist täglich mehr Portionen Gemüse als Obst. Eine Portion ist so groß, wie die Hand des Kindes/ Erwachsenen (je nachdem wer speist ☺). Mit dieser Bemessung ist der tägliche Bedarf, was „gesund“ ist und der Körper braucht, gegeben.



Die Kinder essen beim Frühstück, nach dem Mittagessen und bei dem Nachmittagssnack Gemüse bzw. Obst dazu und dürfen sich nach Herzenslust bedienen. Bei der Zubereitung helfen die Kinder mit. (Ein paar Impressionen auf Seite 2)

Um dieses umfangreiche Projekt in unseren Kitas von Mehr Raum für Kinder gGmbH und Minikindergarten Waldkirch e.V. ins Leben zu rufen, bedurfte es einen kompetenten Lieferanten.

Das Schulfruchtprogramm wird von der EU finanziell unterstützt, ab dem Schuljahr 2015/2016 sogar noch umfangreicher als bisher. Für die Lieferung des benötigten Obst und Gemüse konnten wir einen Bio – Obst- und Gemüsehandel gewinnen.

Ein Teil der Kosten wird von diesem gesponsert, den Rest tragen die beiden Träger der Kitas.

An dieser Stelle bedanken wir uns herzlich bei unserem Lieferanten „Distelkiste“ aus Endingen <http://www.distelkiste.de/>. Vielen herzlichen Dank.

Wir verbinden in unserer täglichen pädagogischen Arbeit verschiedene Projekte im Schwerpunkt Ernährung/ Bewegung.

Ansprechpartnerin bei uns ist Lena Mayer.

Weiter Infos zum EU Schulfruchtprogramm.

Für Eltern:

http://www.schulfrucht-bw.de/index.php?eID=tx_nawsecuredl&u=0&file=fileadmin/gemeinschaftsmarketing/SCHULFRUCHT/Flyer_Eltern__Stand_05_2014.pdf&t=1434026050&hash=76e1329bdbdc195392950efbd253ff09

Für Kitas:

http://www.schulfrucht-bw.de/index.php?eID=tx_nawsecuredl&u=0&file=fileadmin/gemeinschaftsmarketing/SCHULFRUCHT/Flyer_Kita__Stand_05_2014.pdf&t=1434026076&hash=5c73325fd8528fb04cb60c85af52ec31



Wassermelone aushöhlen
und mit Bananen-, Apfel-,
Traubenstücke füllen.
Obstsalat in einer Melone
servieren.



Das Grüne an den Erdbeeren
muss weg.
Die Johannisbeeren vom Strunk
pellen.



Wie wächst eine Kartoffel?
Kartoffeln verarbeiten.



Verschiedene Obst- und
Gemüsesorten werden zubereitet
und verspeist.