

# Mittagskonzept an der Hans-Quick-Schule

Baustein im Ernährungskonzept

# Gesunde Ernährung...

Gute Gesundheit unterstützt  
erfolgreiches Lernen.

Erfolgreiches Lernen unterstützt  
die Gesundheit.

**Erziehung und Gesundheit sind  
untrennbar.**

(Desmond O'Byrne)

# Gesunde Ernährung

## Bildungs- und Erziehungsplan

- Essen spricht alle Sinne an
- Sättigungsgefühl erkennen
- Esskultur und Tischmanieren lernen
- soziale Beziehungen pflegen
- kulturelle Besonderheiten erfahren
- Speisen selber zubereiten
- Zähne pflegen

## Bildungsstandards

- Essgewohnheiten kritisch betrachten
- angenehme Essatmosphäre schaffen
- Lebensmittel schätzen und kennen lernen
- Speisen selber zubereiten

# Umsetzung im Unterricht

Klassenstufe	Inhalte
	<u>Gemeinsamkeiten in allen Klassen:</u> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Pflege der Klassenbeete/Kräuterspirale im Schulgarten</li><li>✓ Kochen in der Schülerküche</li><li>✓ gesunde Frühstückspause mit regelmäßigem Obstfrühstück</li></ul>
VK/1. Klasse	gesundes Frühstück, Obst und Gemüse, Zahngesundheit
2. Klasse	Ernährungspyramide, Getreide
3. Klasse	Ernährungsführerschein, Kartoffel, Zucker, mein Körper
4. Klasse	Werbung

# Mittagessen

## 1. Zielsetzung

- ❖ Achten auf Gesundheit
- ❖ Erhalten der Leistungsfähigkeit
- ❖ Stärken des Gemeinschaftssinns
- ❖ Vermitteln von Esskultur

# Mittagessen

## 2. Rahmenbedingungen

- ❖ Europa-Catering
- ❖ Eltern bestellen Online beim Agrarservice
- ❖ Mensa mit 50 Sitzplätze +  
Forscherwerkstatt mit 30 Sitzplätzen
- ❖ 175 Kinder von 11.30 – 13.30 Uhr
- ❖ 2 Küchenkräfte und 2 pädagogische Mitarbeiterinnen

# Mittagessen

## 3. Umsetzung

- ❖ Abstimmung der Essenspläne mit Team-Leitung
- ❖ Anmeldetheke zur Ausgabe der
- ❖ 4 Schichten, Snack am Nachmittag
- ❖ gute Essensatmosphäre mit festen Regeln
- ❖ regelmäßige Evaluation

# Mittagessen

## 4. Ausblick

- ❖ Inselrat für mehr Bestimmung der Kinder
- ❖ Schülerküche für Nachmittagssnack
- ❖ Eigenständiges Ferienessen
- ❖ Erweiterung der Mensa

# Danke für Ihre Aufmerksamkeit



**Hans-Quick-Schule**  
Bickenbach