

Gesund, gesünder, der gesunde Schulkiosk!

Die Stadtschule Lübbecke nahm auch in diesem Jahr wieder an dem Projekt „Gesunde Schulen im Mühlenkreis“ teil. Im Rahmen des Projektes entwarfen die Schülerinnen und Schüler des Wahlpflichtfaches Hauswirtschaft im Jahrgang 10 gemeinsam mit der Ernährungsberaterin Frau Roth einen ausgewogenen Speiseplan für den gesunden Schulkiosk, der nicht nur den aktuellen Ernährungsempfehlungen, sondern auch den Geschmäckern der Schülerinnen und Schülern entspricht.

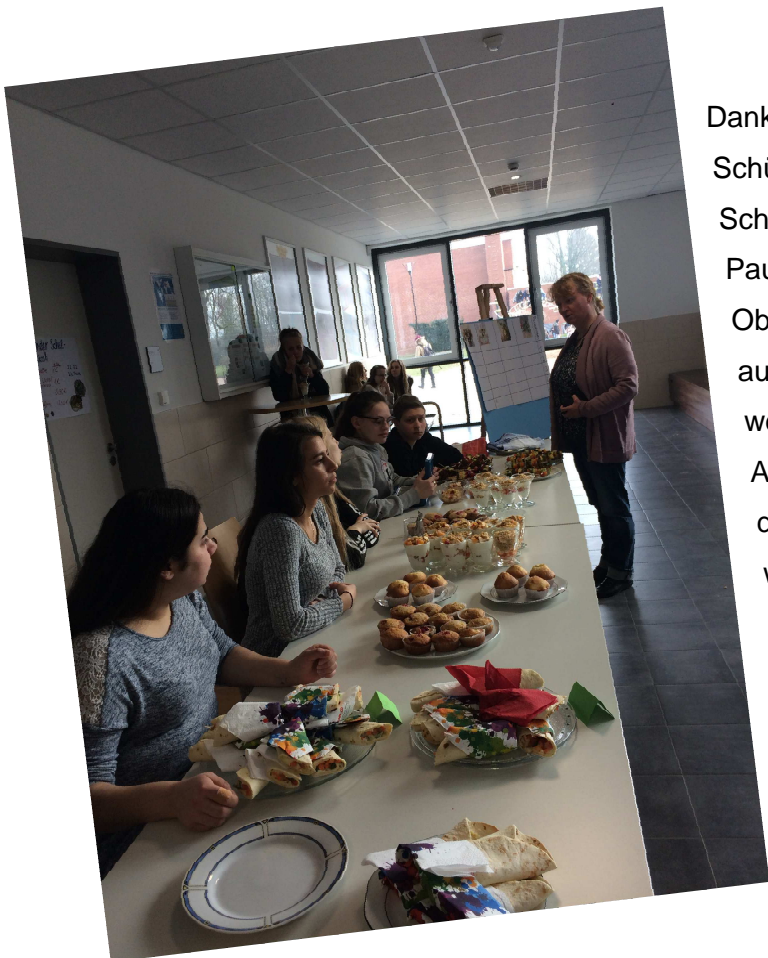


Um einen ansprechenden Speiseplan für den eigenen gesunden Schulkiosk entwerfen zu können, wurden im Unterricht zunächst die Aspekte einer ausgewogenen Ernährung nach dem Modell der Ernährungspyramide wiederholt. Anschließend wurden Rezeptideen



ausgetauscht und diskutiert. Die Schülerinnen und Schüler haben für die ausgewählten Rezepte Plakate entworfen und in der Schule ausgehängt, sodass alle auf die Aktion des gesunden Schulkiosks aufmerksam wurden. Die Zubereitung der ausgewählten Rezepte hat natürlich besonders viel Spaß gemacht.





Dank der tollen Plakate und Flyer waren viele Schülerinnen und Schüler am Stand des gesunden Schulkiosks und haben die gesunden Pausensnacks ausprobiert. Der „Krachquark“ mit Obst und Haferflocken war in wenigen Minuten ausverkauft. Die Schülerinnen und Schüler werden in den nächsten Wochen weitere Aktionstage des gesunden Schulkiosks durchführen. Und damit es nicht langweilig wird, werden die nächsten Male andere leckere und vor allem ausgewogene Pausenmahlzeiten angeboten.

