

Wir bereiten Müsli zu



In der Sonnen- und Eulenklasse beschäftigten sich die Kinder im Oktober / November mit dem Thema „Wir ernähren uns gesund!“

So fand der leckere und meist auch gesunde Inhalt der Frühstückskisten besondere (kritische!) Beachtung. Natürlich wurde auch besprochen, welche Nahrungsmittel und Getränke in welcher Menge wichtig für den Körper sind. Die Kinder führten eine Woche lang ein Tagebuch über ihre Essgewohnheiten. Zum Abschluss des Themas bereitete jede Klasse ein Müsli-Buffer vor, an dem sich die Kinder bedienen konnten: Während eine Gruppe in der Freizeit das Obst klein schnippeln durfte, richteten die anderen die weiteren Zutaten her und gestalteten den Buffet-Tisch. Es gab sogar aus Getreidekörnern selbst gequetschte Flocken.



Die individuell zusammengestellten Müslis fanden großen Zuspruch. Unser Fazit: „Gesundes Essen kann soooo lecker schmecken!“