



nachhaltiger Spaziergang durch die Welt der Lebensmittel

Mindesthaltbarkeit Lagerung Einkauf Kochen



Kochkiste



Liebe Eltern,

vielleicht haben Sie es schon gehört:

Unsere Klasse macht den Ernährungsführerschein Basis I. Gemeinsam lernen die Kinder in 3 Doppelstunden, ein leckeres Frühstück und ein kleines Gericht zuzubereiten. Dabei erfahren die Kinder viel über ausgewogenes Essen und Trinken und üben, mit Lebensmitteln und verschiedenen Küchengeräten umzugehen.

In Zukunft können Sie also auf die Hilfe Ihres Kindes bauen, wenn es darum geht, lustige Pausenbrote zu schmieren, kalte oder sogar warme Gerichte zuzubereiten, den Tisch zu decken und natürlich auch aufzuräumen. Auch kann Ihr Kind dann den Kühlschrank „fachgerecht“ ein- und aufräumen und aus Lebensmitteln mit kurzem, oder abgelaufenem Mindesthaltbarkeitsdatum und aus Speiseresten einen Snack zaubern. Ganz viele Rezepte, Informationen und Bilder finden Sie auf der Homepage der Schule und auf www.gemeinsamtafeln.de / Kochkiste

Bitte ermutigen Sie Ihr Kind, das in der Schule erlernte und auch neue Gerichte zu Hause auszuprobieren.

So können Sie Ihr Kind unterstützen

Für den Ernährungsführerschein braucht Ihr Kind:

1 Passbild, wenn gewünscht

1 Schürze und 2 Geschirrhandtücher

1 Schneidebrett, 1 kleines Messer, 1 Schäler, 1 kleine Plastikschüssel

1 Möhre, 1 Apfel, 1 Scheibe Vollkornbrot

Bitte achten Sie darauf, dass Ihr Kind nichts vergisst.

1 alte Plastiktüte für das schmutzige Geschirr.

Wenn in der Schule nicht gespült werden kann, packen die Kinder Arbeitsgeräte und Essgeschirr in eine Tasche, um alles zu Hause zu spülen oder zumindest in die Spülmaschine einzuräumen.

Denn wer kocht, muss hinterher auch spülen.

Die Informationen zum Projekt Ernährungsführerschein habe ich erhalten
Schüler:

2014

Datum Unterschrift