

Titel:	Müsli-Zwerge & Co.
Angebotszeitraum:	ganzjährig
Zielgruppe:	Vorschule - 6. Klasse
Dauer:	2 Stunden
Kosten:	100 € (bis 15 SuS), 130 € (16-25 SuS) zuzügl. 1,50 € Materialkosten pro SchülerIn
Inhalt:	<p>Wir setzen uns spielerisch mit unseren Essgewohnheiten auseinander und nehmen Kinderprodukte kritisch unter die Lupe. Dazu stellen wir Überlegungen zum Zuckergehalt von Lebensmitteln an, die durch die Untersuchung von Zutatenlisten untermauert werden.</p> <p>Mit allen Sinnen erfahren wir viel über verschiedene Lebensmittel. Das gemeinsame Vollwertmüslibüffet macht Appetit auf gesunde Alternativen. Ggf. kann alternativ ein Obstquark zubereitet werden.</p>
Erlernbare Kompetenzen:	<p>Die SchülerInnen</p> <ul style="list-style-type: none">• lernen anhand der Ernährungspyramide und ggf. Zutatenlisten, Lebensmittel unter dem Gesundheitsaspekt zu beurteilen und damit einzuschätzen, ob ihr Essverhalten ihrer Gesundheit zuträglich ist• erkennen den Unterschied zwischen Vollkorngetreide und Auszugsmehl• erleben bei einer gemeinsamen Mahlzeit, wie lecker ein gesundes, selbst zubereitetes Müsli sein kann und schneiden das Obst dafür selbst.