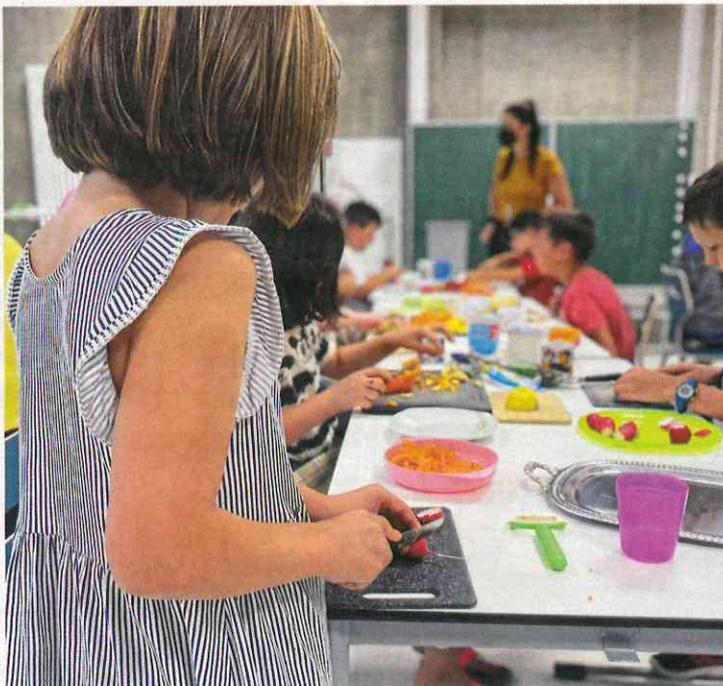


Die Herstellung der Müslibällchen erfordert lustige Knet- und Formarbeit.



Am anderen Tisch schneiden die Schüler das Gemüse für die Gemüseplatte.



Gemeinsam wird die Gemüseplatte angerichtet.

beraterin und den Lehrerinnen ein gesundes Menü zu. Mit Eifer wird geschält, geschnippelt, gerührt, geformt und angebraten. „Wir hatten die anstrengendste Aufgabe“, sind sich die Freundinnen Greta und Lina sicher. „Wir haben die Zwiebeln geschnitten!“

Nach so viel Arbeit dürfen die Mahlzeiten natürlich auch verspeist werden: Es gibt Hamburger mit Haferflocken-Pattys, eine Rohkostplatte mit Kräuterdip, Energiebällchen und Obstspieße. Besonders die gesunden Burger erweisen sich als Highlight für die Grundschüler und sind ratzfatzt aufgegessen. „Ich habe heute gelernt, wie man leckeres Essen zubereitet“, freut sich Elias.

„Frau Maier, wann haben wir wieder AOK?“

Das wird die Ernährungsberaterin am Ende der zwei Schulstunden gefragt. Alle sind sich einig: Es hat viel Spaß gemacht. Die leeren Teller sprechen für sich.



Angebote für Kitas und Schulen

→ Die AOK Mittlerer Oberrhein fördert mit verschiedenen Programmen den Umgang von Kindern mit gesunder Ernährung und Bewegung. Auch bei Eltern, Lehrern und Erziehern soll damit ein größeres Bewusstsein für die Gesundheit und das Wohlbefinden der Kinder geschaffen werden.

aok.de/pk/leistungen/schulen-kitas