



Unsere Kinder essen gesund!

Im Herbst lud die Köchin der Mittagsverpflegung des Kindergartens Bad Radkersburg (Zeltingerstraße) die Kinder zum gemeinschaftlichen Zubereiten des Mittagessens ein. Dabei wurden eine Gemüsesuppe und Marillenknödel gekocht. Neben dem gemeinsamen Kennenlernen (riechen, fühlen, schmecken) von den verwendeten Lebensmitteln, also dem Gemüse und den Marillen, durften die Kinder die Zutaten waschen, schneiden, kochen und schließlich verkosten.

Beim Kennenlernen des Gemüses/Obstes wurde den Kindern vermittelt, dass die Zutaten der leckeren Speisen saisonal und regional sind. Außerdem wurden die einzelnen Zutaten benannt, es wurde gemeinsam überlegt woher die Zutaten genau kommen, und durch das gemeinsame Zubereiten der Speisen sollte die Neugierde auf gesunde Lebensmittel weiter geweckt werden.

Am Ende des Besuches konnte das Kindergartenteam resümieren, dass sich ein selbst zubereitetes Essen positiv darauf auswirkt, dass die Kinder das Essen eher mögen und auch gerne essen. Außerdem konnten die Freude und der Genuss am Essen gefördert werden. Zu guter Letzt konnten die Kinder die Köchin kennenlernen, die jeden Tag das Mittagessen des Kindergartens zubereitet! ☺

