

Schulobstprogramm und Belegte Brote

- Tägliches gesundes Frühstück -

Grundlegendes

Viele unserer Kinder lernen gesunde Ernährung nicht im häuslichen Umfeld kennen.

2006 wurde durch eine Untersuchung der Sporthochschule Köln festgestellt, dass 50% der Mädchen und 40% der Jungen der Schule deutlich übergewichtig waren. Das hat die ein Präventionskonzept veranlasst, für das die James-Krüss-Grundschule bereits mehrfach ausgezeichnet wurde (AOK-Preis 1.Platz, Schulentwicklungspreis Gute gesunde Schule als erste Kölner Grundschule, Klasse2000-Zertifikat).

Eine Kurzumfrage ergab 2008, dass 2/3 der Kinder vor dem Unterricht nichts gegessen hatten, immerhin fast die Hälfte der Kinder hatte noch nicht einmal etwas getrunken.

Daraufhin wurde von der Schule die Frühstückszeit von 10 auf 9 Uhr vorverlegt, denn mit leerem Magen lernt es sich nicht gut.

Einige Kinder bekommen von den Eltern trotz aller unserer schulischen Bemühungen noch nicht einmal etwas zum Frühstück mit in die Schule.

Die Schule hat seit Frühjahr 2010 die Möglichkeit, am Projekt Kölner Schulkinder satt machen des Vereins „Wir helfen e.V.“ teilzuhaben.

Auch im Hinblick auf die angebotene Speisung armer Kinder an unserer Schule durch „Wir helfen e.V.“ wünscht die Schule eine vitamin- und ballaststoffreiche Kost. Da überwiegend muslimische Kinder die Schule besuchen, kommt nur eine schweinefleischfreie Kost in Frage.

Getränke

Die Versorgung mit Getränken ist an unserer Schule weitgehend unproblematisch. Die Eltern geben ihren Kindern in der Regel Wasser oder Saftschorle mit.

Die Bestellung von Frühstücksmilch wurde 2010 seit der Auslagerung der Schule abgeschafft, da die Kinder hauptsächlich die sehr zuckerhaltigen Varianten „Kakao“, „Vanillemilch“ und „Erdbeermilch“ bestellten.

Die zwei Angebotssäulen

1.Säule: Brot für die Sättigung

Es werden den Kindern täglich belegte Brote aus Vollkorn oder Mehrkornbrot angeboten. Wegen der Kosten, der Austrocknung beim Lagern und wegen des „Durchweichungseffektes“

nach dem Belegen werden keine Brötchen verwendet. Die Brote werden morgens mit Margarine und Aufschnitt geschmiert und in Brotdosen verpackt. Manche Kinder bringen trotz intensiver Information immer noch Weißbrot oder zuckerhaltigen Belag mit. Diese Brote können die Kinder dann bei der Lehrerin gegen ein vorbereitetes gesundes Vollkornbrot mit Käse o.ä. umtauschen.

2.Säule: Obst und Rohkost Ergänzend zu den Broten, die weitgehend den von Elternseite komplett unversorgten Kindern zukommen sollen, wird Obst und Rohkost für **alle** Kinder angeboten, da die sehr viele unserer Kinder solche Nahrungsmittel kaum mitbringen und auch zu Hause nicht bekommen. Dieses offene Angebot wurde bereits ein Jahr lang mit Elternspenden in einer Klasse sehr erfolgreich erprobt. Zunächst wurde auch dieses Angebot aus den Mitteln des Vereins finanziert, im Sommer 2010 wurde die James-Krüss-Grundschule dann in das EU-Schulobstprogramm aufgenommen, das für jedes Kind täglich 100g Obst und Rohkost zur Verfügung stellt. Dieses holen die Kinder in der Küche zusammen mit den Borten ab und ein abwechselnder „Frühstücksdienst“ bereitet die frischen Lebensmittel für die anderen Kinder in mundgerechten Portionen vor. So lernen sie viel über die Zubereitung von Nahrungsmitteln. Diese Platten werden von den Kindern sehr gut angenommen.

Das „Naschen“ von Obst und Rohkost wird zum normalen Ritual, das Naschen von Süßigkeiten zur Ausnahme. Die Gewöhnung an den teilweise noch ungewohnten Geschmack stellt sich sehr rasch ein, wie wir sehen konnten.

Verpackung/ Darreichungsform

1. Brot Die Frühstücksdose hat einen hohen Symbolgehalt für die Kinder. Wir beobachten, dass Kinder, die kein Frühstück dabei haben, manches Mal ihre Dose leer auf den Tisch stellen, um „dabei“ zu sein. Eine von „Wir helfen“ gefüllte Frühstücksdose könnte daher bei der Lehrerin abgeholt werden. Das Kind wäre nicht ausgegrenzt. Außerdem ist eine Dose hygienisch, äußerlich ansprechend und umweltfreundlich, da wiederverwendbar.

Die Dosen könnten im Austauschverfahren in der OGT-Küche gereinigt werden.

2. Obst und Rohkost: Um den offenen Angebotscharakter der zweiten Frühstückssäule zu unterstreichen, würden wir das Obst und die Rohkost gerne mundgerecht zerkleinert und offen auf je einer Platte anbieten. Auch diese Platten könnten in der OGT-Küche gereinigt werden, nachdem die Lehrerinnen sie mittags dorthin gebracht haben. Da es sich um insgesamt nur 16 Platten handeln würde, halten wir es für denkbar, dass diese 2 Spülvorgänge durch das OGT-Küchenpersonal abgewickelt werden.

Menge

Die Erfahrung zeigt, dass nicht alle Kinder unserer Schule ohne Frühstück kommen. Am Anfang des Monats haben mehr Kinder Essen dabei, am Ende weniger. Das Kollegium geht von etwa 5 benötigten Dosen pro Klasse aus, in der dann zwei Scheiben Brot belegt sind, also etwa 40-50 Portionen. Notfalls teilen sich zwei Kinder auch einmal eine solche Portion, zumal ja das zusätzliche Obst- und Rohkostangebot für alle Kinder gilt.

Anlieferung

Die Anlieferung von Brot, Aufschnitt, Margarine, Obst und Gemüse erfolgt zweimal pro Woche, um die Lagerungskapazitäten nicht zu sehr zu strapazieren. Ein großer Kühlschrank wurde angeschafft.

Vorbereitung

Über den Träger des Offenen Ganztages oder über „Wir helfen e.V.“ wird eine Küchenhilfe für täglich 1,5-2 Stunden bezahlt. Diese belegt von 7.30 bis 9.00 in den Räumen der OGT-Küche die Brote und verteilt das Obst und die Rohkost.

Die Kinder holen das Frühstück anschließend pünktlich zur Frühstückspause ab und bringen die schmutzigen Dosen wieder zurück, um sie zu reinigen.

Reste

Übriggebliebene Rohkost und Obst können im Offenen Ganztage als zusätzliches Angebot noch verbraucht werden.

- seit 2010 -

- SK-Beschluss für den Schulprogrammtext vom _____ -