



Ideen für die Gestaltung des Tages der Schulverpflegung im Land Brandenburg 2020/2021



Übersicht der Themenvorschläge zum Aktionstag:

1. Trinken in der Schule
2. Saisonale Pausenverpflegung/Frühstück
3. Mit Pflanzenpower beim Schulessen das Klima schützen
4. Keine Reste – gegen Lebensmittelverschwendung beim Schulessen
5. Wo kommt Dein Essen her?

Das Aktionsformat Tag der Schulverpflegung mit weiteren bundes- oder weltweiten Thementagen verknüpfen!

Für gesellschaftlich wichtige Themen wird oftmals über Aktionstage oder -wochen sensibilisiert, die bundesweit oder sogar weltweit beworben werden. Dabei finden sich oft Anknüpfungspunkte für eine Umsetzung in der Schulmensa. Hier einige Beispiele für bekannte Aktionstage mit Verlinkung:

11. - 25. September 2020
[Faire Woche „Fair statt mehr“](#)

22. - 29. September 2020
[Bundesweite Aktionswoche „Deutschland rettet Lebensmittel“](#)

25. September
[Tag der Zahngesundheit](#)

26. September 2020
[Deutsche Aktionstage Nachhaltigkeit](#)

01. Oktober
[Weltvegetarier-Tag](#)

16. Oktober
[Welternährungs-Tag](#)

[Welternährung als Thema im Unterricht](#)

07. März
[Tag der gesunden Ernährung](#)

22. März
[Weltwasser-Tag](#)

Für das Aktionsformat Tag der Schulverpflegung innovative Lernmethoden verwenden!

Hier drei Vorschläge mit Verlinkung zu den Erläuterungen dieser Lernmethoden:

- Eine [virtuelle Schnitzeljagd mit der App „Actionbound“](#) erstellen, z.B. zu: „Wo kommt mein Schulessen her?“, Regionale Lebensmittelproduzenten, Nachhaltigkeit und Ernährung
- [Schüler*innen drehen Erklärvideos](#) zu Themen, wie „Die gesündere Wahl beim Schulessen“, „Was hat mein Essen mit dem Klima zu tun?“, „Was kann jeder Einzelne gegen Lebensmittelverschwendung tun?“
- Schüler laden an einen [Restaurant-Tisch in der Schulmensa](#), um ihre Ideen für Schüler*innen in die Tat umzusetzen

Trinken in der Schule

Ausgewogenes Essen ist im Schulalltag wichtig. Genauso wichtig ist das Trinken in der Schule. Die SuS setzen sich im Unterricht oder an einem speziellen Projekttag mit ihrem individuellen Trinkverhalten auseinander (z.B. Führen eines Trinkprotokolls). Sie erweitern ihr Wissen über Inhaltsstoffe und Werbebotschaften bei Getränken und die Wahl gesundheitsförderlicher Durstlöscher. Mit der Kreation eigener Erfrischung-Mix-Getränke können Alternativen zu ungeeigneten Durstlöschern präsentiert werden. An einer Getränke-Bar können die Eigenkreationen in der Pause von der Schulgemeinschaft verkostet werden. Bei einem Klassenwettbewerb kann das beliebteste Mix-Getränk gekürt werden.

Blick in Mensa/ Speisesaal:

Gibt es zu jeder Mittagsmahlzeit kostenlos ein energiefreies Getränk wie Leitungs- oder Mineralwasser bzw. ungesüßten Tee?

Wie kann das Getränkeangebot in der Mittagspause attraktiver gestaltet werden?

- Durch Wasserkaraffen oder Zapfstationen mit Wasser oder Tee
- durch das Aromatisieren mit Minze oder Bio-Zitronen-/ Orangen- Apfelscheiben

Links zu Materialien und Projekten:

- [Verbraucherzentrale Brandenburg: Unterrichtsmaterialien Trinken in der Schule](#)
- [Bundeszentrum für Ernährung \(BzFE\): Wasser: Gesund trinken.](#)
- [Kapitel „Coole Drinks“ im Ordner SchmExperten – Ernährungsbildung in Klasse 5 und 6](#)
- [Trinken im Unterricht](#)

Saisonale Pausenverpflegung/Frühstück

Die Verwendung von saisonalen Obst- und Gemüseprodukten ist ein Baustein für Klimaschutz beim Essen. Die SuS vertiefen ihr Wissen über die Saisonalität von Produkten und den Einfluss auf das Klima. Sie bereiten saisonale Gerichte/Pausensnacks selber zu und überlegen, welche Gerichte für den Speiseplan in der Schule geeignet wären bzw. gut in die Pausenbrotdox passen. Werden Obst oder Gemüse im Schulgarten angebaut, wird das Prinzip Saisonalität quasi selbsterklärend. Ein Pausenbuffet oder Restauranttisch in der Schulmensa á la Saison (Herbst, Winter, Frühjahr, Sommer) transferiert das Wissen in die Schulgemeinschaft.

Blick in Mensa/ Speisesaal:

Blick auf den Speiseplan: Hat der Verpflegungsdienstleister saisonale Gerichte im Angebot und sind diese einfach zu erkennen? Gemeinsam mit dem Verpflegungsdienstleister kann überlegt

werden, welche saisonalen Speisen und Produkte auf dem Speiseplan umgesetzt werden können. Diese können von der Schulgemeinschaft an einem eigenen Restaurant-Tisch getestet werden.

Links zu Materialien und Projekten:

- [Saisonkalender Obst und Gemüse kostenlos als Poster, Taschenkalender oder App](#)
- <https://www.schuleplusessen.de/rezepte/aktionswochen/>
- [Lehrerhandreichung „Reif für Regional“](#)
- [GemüseAckerdemie](#)
- [Unser Restaurant-Tisch – Schulmensa mal anders](#)

Mit Pflanzenpower beim Schulessen das Klima schützen

Die Fridays for Future-Bewegung von SuS für mehr Klimaschutz zum Anlass nehmen, die eigenen Handlungsoptionen in der Lebenswelt Schule auszuloten. Fokus Schulessen – die SuS lernen, wie unterschiedlich groß der Einfluss auf das Klima bei der Produktion pflanzlicher und tierischer Nahrungsmittel sein kann. Sie reflektieren ihr eigenes Ernährungsverhalten in Bezug auf den Klimaschutz und lernen leckere vegetarische Gerichte/ Snacks selbst zuzubereiten. Ihr erworbenes Wissen teilen sie mit der Schulgemeinschaft.

Blick in Mensa/ Speisesaal:

Gibt es täglich ein vegetarisches Angebot im Speiseplan? Wie könnte das vegetarische Angebot an Gerichten attraktiver werden? Welche Favoriten haben die SuS? Welche Möglichkeiten gibt es, mehr SuS für vegetarisches Essen zu begeistern?

Links zu Materialien und Projekten:

- [Aktion Pflanzenpower](#)
- [Was hat mein Essen mit dem Klima zu tun?](#)
- [CO2-Rechner für Lebensmittel](#)
- [Vegetarische Rezepte in der Rezeptdatenbank von Schule plus Essen](#)

Keine Reste – gegen Lebensmittelverschwendung beim Schulessen

Wie viel Essen landet in der Schulmensa in der Tonne und warum? SuS untersuchen Ursachen für Lebensmittelverschwendung bei ihrem Schulessen und suchen nach Möglichkeiten diese „Resterate“ zu reduzieren. In einer Ausstellung in der Schulmensa werden die Ergebnisse des Projektes präsentiert.

Links zu Materialien und Projekten:

- [Nix kommt weg. Aktionen und Bildungsmaßnahmen für Schulen zur Lebensmittelverschwendung](#)
- [Film: Essen im Eimer – die große Lebensmittelverschwendung \(Planet Schule\)](#)
- [Umwelt im Unterricht – Ursachen und Folgen von Lebensmittelverschwendung](#)
- [Das Chaos-Kochen – eine Lebensmittelrettende Aktion](#)

Wo kommt Dein Essen her? Der Wertschöpfungskette für Nahrungsmittel auf den Grund gehen – am Beispiel des eigenen Schulessens

Blick auf den Speiseplan – die SuS suchen sich beispielhaft Gerichte, für die sie herausfinden, aus welchen Grundzutaten sie bestehen, woher diese stammen und wie die einzelnen Verarbeitungsschritte aussehen. Am besten läuft dies, wenn der Verpflegungsanbieter in die Projekt-/ Unterrichtsarbeit einbezogen wird. Ein Besuch in der Produktionsküche des Verpflegungsdienstleisters schafft Einblick in die Herstellungsschritte und kann auch zu Einkauf und Lieferanten aufklären. Bezieht der Verpflegungsdienstleister Waren von regionalen Produzenten? Dann lohnt auch hier ein Vor-Ort Besuch. Für die Primarstufe kann die Nahrungsmittelkette exemplarisch für Getreide-, Kartoffelprodukte bzw. für Eier veranschaulicht werden. In der Sekundarstufe können die SuS in eigener Detektivarbeit versuchen, die verschiedenen Verarbeitungsschritte vom „Acker auf den Teller“ möglichst detailliert zu recherchieren und anschaulich darzustellen. Die SuS können eigene Vorschläge für regionale Gerichte für den Speiseplan entwickeln.

Links zu Materialien und Projekten:

- [Arbeitsmaterialien Primarstufe; Verbraucherzentrale NRW: Woher kommt mein Essen?](#)
- [Medienkompetenzentwicklung zum Thema: Wo kommt denn das Essen her?](#)
- [Projekt des Verbandes der Schulcaterer: „Wo kommt dein Essen her?“](#)