

Konzept zur Mittagsverpflegung

am

Gut Spascher Sand

„Spasche is(s)t zusammen! „

1. Pädagogisches Konzept der gemeinsamen Verpflegung in der Schule

Kinder und Jugendliche sollen gesund aufwachsen, dazu ist eine gute und qualitativ hochwertige Ernährung eine wichtige Voraussetzung.

Der Grundgedanke des Kindergartens auf Gut Spascher Sand, dass eine gesunde Ernährung die Grundlage für Lebensqualität, Zufriedenheit und guter Gesundheit im späteren Leben beiträgt wird natürlich auch in der Schule auf Gut Spascher Sand weiter fortgeführt. Die Freude am Essen und dem gemeinsamen Essen in Gemeinschaft soll weiter erhalten werden, so dass die Schülerinnen und Schüler auch mit wachsendem Alter eine gesunde und nachhaltige Ernährung, die schmeckt, kennenlernen. Das so über Jahre gelernte Verhalten hat dann, nach unserer Auffassung, auch einen entscheidenden Einfluss auf die gesunde Ernährung im Erwachsenenalter. Auch wir beachten die relevanten Zusammenhänge von Ernährung, Bewegung und physischer wie emotionaler Gesundheit als Grundlage für eine resiliente Lebensperspektive. Im Ernährungsbereich orientieren wir uns dabei ebenfalls wie der Kindergarten an den Qualitätsmerkmalen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE).

Die Grundschule, wie auch die IGS werden als Ganztagschulen geführt, daher ist eine gute Mittagsverpflegung wichtig, damit die Schülerinnen und Schüler Kraft und Energie für den schulischen Alltag erlangen können. Das pädagogische Konzept der Schule umfasst aber deutlich mehr als die reine Mittagsverpflegung.

Ein ausgewogenes Frühstück ist ebenso energiespendend, wie auch der gesunde Geburtstagssnack oder der Beitrag zum Buffet bei Festen und Feierlichkeiten. Besonders wichtig ist, dass die Kinder ihre Neugier entfalten und auch unbekannte Speisen probieren. Dazu müssen Sie auch durch das Lehrpersonal animiert werden.

Damit auch im häuslichen Umfeld das Mittagessen zum Thema gemacht werden kann, finden Sie unsere Speisepläne auf unserer Homepage.

Der Austausch mit den Eltern und Erziehungsberechtigten über eine ausgewogene Ernährung ist und sehr wichtig, denn gesundheitserhaltendes

und -förderndes Ernährungsverhalten kann nur aufgebaut und verfestigt werden, wenn Eltern und Bildungseinrichtung „an einem Strang“ ziehen. Dies setzt für uns ebenfalls den gegenseitigen Informationsaustausch und eine enge Zusammenarbeit voraus. Aus diesem Grunde nehmen gewählte Elternvertreter an den regelmäßigen Sitzungen der Arbeitsgruppe teil.

Gemeinsames Mittagessen

Grundsätzlich wird bei uns in der Tischgemeinschaft gegessen, bei der jede Schülerin, jeder Schüler seinen festen Platz hat. So können neben dem eigentlichen Essen auch gute Gespräche in angenehmer möglichst ruhiger Atmosphäre geführt werden. Gemeinsam ist auch in allen Jahrgängen, dass es einen Tischdienst der Klasse gibt, so dass auch das gemeinsame Sorgen füreinander zum Thema gemacht wird. Da wir nur in Ausnahmefällen Tellergerichte anbieten, wird auch der Faktor der Gemeinschaft durch das Teilen der Schüssel- und Platteninhalte, sowie das Nachholen beim Mensateam vertieft. Auch hier ist ein Prozess des Lernens ständiger Begleiter.

Damit alle Kinder genügend Zeit, Platz und Ruhe beim Essen haben, haben unsere Schülerinnen und Schüler drei Essenszeiten und zwei Mensen zur Verfügung.

Die Grundschul Kinder des 1. und 2. Jahrgangs essen in der 5. Stunde (12:00 – 12:45 Uhr), der 3. und 4. Jahrgang hat in der 6. Stunde (12:45 – 13:30 Uhr) seine Zeit. Beide Gruppen nehmen ihr Mittagessen in der Mensa des Gutshauses ein. Die Jahrgänge 5 und 6 essen in der 7. Stunde (13:30 – 14:15 Uhr) in der Farmschule, die Jahrgänge 7 bis 10 werden zur gleichen Zeit in der Mensa des Gutshauses versorgt.

In der Mensa des Gutshauses wird neben dem eigentlichen Hauptessen zusätzlich ein reichhaltiges Salatbuffet angeboten. Neben Einzelgemüse werden auch angemachte Salate mit hausgemachter Salatsoße und Kräuterbutter oder -quark angeboten. Ergänzt wird dieses Angebot durch Vollkornbiobrot eines regionalen Anbieters.

Die Farmschulmensa stellt die Herstellung einzelner Komponenten der Mahlzeiten in den Vordergrund, so dass teilweise Komponenten beim Caterer abgestellt werden können und die Schülerinnen und Schüler sich in Teilen selbst versorgen können.

Grundsätzlich gilt auch in der Schule: Wir zwingen kein Kind zum Essen!

Allerdings motivieren unsere Lehrkräfte und pädagogischen Mitarbeiter die Schülerinnen und Schüler zum Probieren von unbekanntem Lebensmitteln und Zubereitungsverfahren. So entsteht geschmackliche Vielfalt. Unsere Pädagogen

nehmen im Rahmen der Mittagsverpflegung als pädagogische Esser teil und erfüllen ihre Rolle als Vorbild, sowohl im sozialen Bereich, wie auch bei dem Verkosten der Speisen, die angeboten werden. So soll kein Kind den Tisch hungrig verlassen, um genug Energie für den restlichen Schultag zu haben.

Sollte ein Kind tatsächlich mehrfach das Essen verweigern, ist ein pädagogischer Austausch mit Eltern und Erziehungsberechtigten und der Klassenleitung nötig.

Grundsätzlich werden die allgemeinen europäischen Tischsitten und die damit verbundene Esskultur vermittelt, dazu gehört das Essen mit Besteck, wie auch das insgesamt angemessene Verhalten bei Tisch. Dieses Verhalten wird auch im Unterricht thematisiert ebenso wie die Speisepläne der Woche.

Regeln und Rituale bei der Mittagsverpflegung

In der Grundschule nimmt pro Klasse eine pädagogische Fachkraft (Lehrkraft oder pädagogische Mitarbeiter_in) am Essen teil und begleitet die Schüler_innen so bei den täglichen Mahlzeiten. Die Lehrkraft sorgt für eine angenehme Atmosphäre, einen angemessenen Lautstärkepegel, für das Einhalten der Tischregeln und den geordneten Ablauf. Außerdem motiviert sie die Kinder zum Probieren und führt mit den Schüler_innen kleine Rituale durch (z.B. Tischspruch). Sie ist erster Ansprechpartner bei allen Belangen während des Essens innerhalb der Mensa.

In der IGS werden zwei Klassen von jeweils einer Lehrkraft betreut. Es gelten die gleichen Abläufe und Regeln wie in der Grundschule.

Die Klassenleitungen erstellen in Absprache mit den Beteiligten die Sitzpläne, besprechen wöchentlich den Speiseplan, führen Feedbackgespräche mit der Klasse zum Verhalten in der Mensa durch, nehmen Wünsche bzgl. des Essens auf, entwickeln Tischsprüche und Rituale, teilen die Tischdienste ein und informieren im Anschluss alle Beteiligten.

Gestaltung der Mensa

Unsere Mensen werden von den Mensakräften gestaltet. Zusätzlich kann von den Klassen aber bei der Gestaltung der Tische mitgearbeitet werden. Gerade zu den Jahreszeitenwechseln soll hier der Kreativität Raum gegeben werden. Außerdem identifizieren sich die Schülerinnen und Schüler so noch mehr mit ihrer Ernährungsumgebung.

Additum-Stunden in den Jahrgängen 5 und 6

In den Additum-Stunden der Jahrgänge 5 und 6 werden u.a. die Produkte der eigenen Ernte aus dem Farmschulgarten (Farmschulkonzept) verarbeitet. Es

wird aber auch gebacken, eingekocht und die Lebensmittel und der Umgang damit werden besonders in den Fokus gesetzt. Zusätzlich ist natürlich auch das Probieren gerade von unbekanntem Lebensmitteln oder eine neue Verarbeitungsart besonders wichtig, um den eigenen Geschmack auszubauen.

Gesunde Ernährung im Unterricht

Gutes Essen und gesunde Ernährung muss zum Thema gemacht werden, aus diesem Grunde wird der Mensaplan regelmäßig in den Klassenstunden besprochen. Ernährung ist sowohl in der Grundschule wie auch in der IGS thematisch im Schulinternen Arbeitsplan (SAP) angelegt, so dass es zum Unterrichtsinhalt wird. Durch das regelmäßige Besprechen und Anwenden werden so die unterrichtlichen Inhalte zusätzlich vertieft. Wenn Schülerinnen und Schüler sich regelmäßig und intensiv mit ihrer Ernährung auseinandersetzen, wird ein Bewusstsein erzeugt, dass bis ins Erwachsenenalter hineinwirken kann.

Frühstück

In der Grundschule ist zum Ende der zweiten Stunde eine ritualisierte Frühstückszeit eingerichtet, in der in den letzten 15 Minuten in der Klassengemeinschaft gemeinsam gefrühstückt wird. Während dieser Zeit liest die anwesende Lehrkraft den Kindern aus einem altersangepassten Buch vor, so dass eine ruhige Atmosphäre entsteht. Die Kinder richten sich ihren Frühstücksplatz mit selbst gestalteten Platzsets her, so dass der Arbeitsplatz sauber bleibt.

Die Schülerinnen und Schüler der IGS nehmen ihre Brotdosen und Trinkflaschen in der 30minütigen ersten großen Pause mit nach draußen, um an der frischen Luft ihr Frühstück zu sich zu nehmen.

Die wiederverwendbare Brotdose und bruch sichere Trinkflasche werden zu Hause befüllt. Hierbei legen wir Wert auf einen gesunden, vollwertigen und möglichst verpackungsfreien Inhalt. Getränke sollten zucker- und farbstofffrei sein. Leitungswasser kann vor Ort aufgefüllt werden. Zusätzlich befindet sich im Erdgeschoss des Haupthauses ein Trinkwasserbecken.

Geburtstage

An Geburtstagen darf das Geburtstagskind gerne etwas für die Klassengemeinschaft mitbringen, allerdings sollen dies keine Süßigkeiten sein. Ein Kuchen auf Vollkornbasis mit wenig Zucker ist möglich, allerdings freuen sich die Kinder auch über Gemüsesticks mit Kräuterquark, bunte Gemüse- und Obstspieße o.ä.

Eine gute Alternative stellt auch eine Buchspende für die nächste Vorlesezeit dar, oder aber eine Kleinigkeit für Experimente wie eine Becherlupe oder ein Pausenspiel. Hier kann gerne mit der Klassenleitung Rücksprache gehalten werden, was geeignet ist.

Klassen- und Schulfeste

Für Klassenveranstaltungen und Schulfeste, die mit einem bunten Buffet gestaltet werden sollen, werden ebenfalls nur gesunde, vollwertige, möglichst nachhaltige und verpackungsarme Lebensmittel mitgebracht. So wird gesunde Ernährung zur Selbstverständlichkeit und Süßigkeiten erhalten keinen Sonderstatus.

Gemeinsames Kochen in der Kinder- und Farmschulküche

Gemeinsam kochen macht Spaß und man lernt auch noch eine Menge. Außerdem gibt es viel zu Probieren und manchmal findet man auch ein neues Lieblingslebensmittel. Aus diesem Grunde kochen die Kinder der Grundschule gemeinsam mit den Lehrkräften in der Kinderküche des Gutshauses. Vom Müsliriegel, über Apfelmus bis hin zu Kartoffelpuffern wird hier viel erprobt. Diese Inhalte erwachsen aus dem Unterricht, so dass auch ein breites Hintergrundwissen vermittelt wird.

Schulkiosk

Die Jahrgänge 8 und 9 betreiben den schuleigenen Schulkiosk im Erdgeschoss des Haupthauses. Vorerst können nur Schülerinnen und Schüler der IGS dort Einkäufe tätigen, damit die Grundschulkinder nicht im Alltag mit Bargeld hantieren müssen. Hier wird noch an Alternativen gearbeitet.

Im 1. Halbjahr des Schuljahres startet der Kioskverkauf nach den Herbstferien durch den Jahrgang 9. Die Schülerinnen und Schüler haben vorher in einer intensiven Vorbereitung im AWT-Unterricht die Grundzüge dieser Schülerfirma, d.h. gesunde biologisch wertvolle Lebensmittel in nachhaltiger Verpackung und Herstellung zu kalkulierten Preisen, die eine geringe Gewinnmarge ermöglichen werden, erarbeitet und können Sie nun in der Realität testen und weiter erarbeiten.

Im Zweiten Halbjahr übernehmen dann die Schülerinnen und Schüler des 8. Jahrgangs den Schulkiosk nach einer intensiven Einarbeitungsphase durch den höheren Jahrgang.

Grundsätzlich werden im Schülerkiosk nur Lebensmittel aus biologischer Erzeugung verkauft. Alle Lebensmittel sind zuckerarm und enthalten keine Farb- und Konservierungsstoffe. Bei der Verpackung wird auf Nachhaltigkeit

geachtet. Soweit möglich werden wiederverwendbare Verpackungen im Pfandsystem ausgegeben. Viele Lebensmittel werden von den Schülerinnen und Schülern selbst hergestellt (z.B. Eis, Waffeln, Getränke etc.).

Um mit dem Kiosk beginnen zu können, wird ein Startkapital zur Verfügung gestellt, das nach Erwirtschaftung wieder an die Schulleitung zurückgezahlt wird. Gewinne aus einer sehr moderaten Preisgestaltung kommen der jeweiligen Klasse zu gute und können für gemeinsame Aktionen genutzt werden.

Aktionstage

Aktionstage und -stunden im Rahmen einer vollwertigen biologisch-nachhaltigen und gesunden Ernährung sind nach Anmeldung durch die Lehrkräfte bei der Schulleitung möglich und ausdrücklich erwünscht. Für diese Projekte können die Kinderküche im Gutshaus, wie auch die Farmschulküche genutzt werden. Einzelne Projekte werden auch mit Kooperationspartnern (Kalieber, Arche-Schule, Himmelsthür, Bäckerei Diekmann etc.) durchgeführt. Ob nun ein Apfeltag, Müsliriegel oder selbst hergestellte Bratwurst zum Thema gemacht wird, wichtig ist grundsätzlich das kritische Auseinandersetzen mit der eigenen Ernährung, um so ein solides Grundwissen für die Zukunft zu erlangen.