

Pressemitteilung

Lfd. Nr. 78 / 01. September 2022

Starke Eiweißhelden – Hülsenfrüchte in der KiTa- und Schulverpflegung?!

Hülsenfrüchte sind echte Alleskönner! Ob in Suppe oder Salat: Erbsen, Linsen und Co. bringen eine bunte Vielfalt auf den Teller. Doch wo genau liegen denn eigentlich die Stärken dieser sogenannten „Eiweißhelden“? Zum einen punkten sie mit einem hohen Ballaststoffanteil, essenziellen B-Vitaminen und zahlreichen Mineralstoffen. Zum anderen sind Hülsenfrüchte mit ihrem hohen Anteil an Eiweiß ernährungsphysiologisch eine echte Fleischalternative. „Schon deshalb sollten sie häufiger auf dem Speiseplan in KiTa und Schule stehen“ betont Dipl.-Ökotrophologin Anja Danneberg von der LVG. „Ganz nebenbei haben Hülsenfrüchte einen geringeren ökologischen Fußabdruck als die meisten anderen Lebensmittel, die in der Gemeinschaftsverpflegung verwendet werden.“

Wie sich Hülsenfrüchte in der KiTa- und Schulverpflegung integrieren lassen und man darüber hinaus einen Speiseplan klimafreundlich gestaltet, wird am 07.09.22 zwischen 13:00 und 18:00 Uhr in einem Workshop im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Bio kann jeder“ der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. aufgezeigt. Veranstaltungsort ist im Vereinsheim des Hallescher Kanu-Clubs 54, Am Tagebau 200 in Halle.

Die Fortbildungsveranstaltung richtet sich an Erzieher*innen, Lehrer*innen und Verantwortliche für die KiTa- und Schulverpflegung bei Trägern und Cateringfirmen. Neben verschiedenen Wissenshäppchen können die Teilnehmer*innen auf einem Bioland-Hof erfahren, wie Bio-Lebensmittel direkt in der Stadt für die Stadt produziert werden - auf eine klimafreundliche Art und Weise, weil lange Transportketten umgangen werden. „Wir wollen zeigen, was zu einer klimafreundlichen Ernährungsweise in Bildungseinrichtungen gehört und tolle Ideen für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen vorstellen. Außerdem geben wir Tipps, welche Rezepte sich schnell in KiTa und Schule umsetzen lassen. Einige davon können sogar verkostet werden“, so Ökotrophologin Anja Danneberg.

Die Informationskampagne „Bio kann jeder – nachhaltig essen in KiTa und Schule“ wirbt bundesweit für mehr Bio-Produkte in der Außer-Haus-Verpflegung von Kindern und Jugendlichen. Das bundesweite Aktionsprogramm wird seit Jahren von der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt unterstützt. Ein Anliegen ist es, in die Verpflegungsangebote von KiTas und Schulen mehr Lebensmittel aus ökologischer Produktion zu bringen, damit für die Mädchen und Jungen schon früh im Leben der Grundstein für ein gesundheitsförderndes Essverhalten gelegt wird. Mit der Fortbildung wird das Gesundheitsziel „Förderung eines gesunden Ernährungsverhaltens und gesunder Ernährungsangebote für die Bevölkerung“ des Landes Sachsen-Anhalt unterstützt.

Ihr/e Ansprechpartner*in: LVG Anja Danneberg, Tel. 0391 – 28 86 83-0