

Ernährungsprojekt in der 4a

Gesunder Ernährungs-Tag

Am 1.12.2015 war ein gesunder Ernährungs-Tag

An diesem besonderen Tag kam eine Frau in die Klasse und fragte uns zuerst, was wir zum Frühstück aßen.

Viele hatten einen Toast gegessen aber manche auch nicht.

Dazu hatten fast alle Tee oder Milch. Danach malte sie

eine Ampel auf die Tafel und teilte uns Bilder von

Lebensmittel aus. Rot bedeutete: Davon sollst du sehr wenig essen! Gelb bedeutete: davon sollst du nicht so viel essen!

Grün bedeutete: davon sollst du viel essen! Und so ordneten

wir die Bilder der richtigen Farbe zu. Als wir damit fertig waren, wuschen wir Gemüse, schälten es und machten daraus einen Aufstrich und auch Obstsalat! Es schmeckt einfach super!

