

Gesundes Frühstück

Unser Ziel des gesundes Frühstücks ist die Gelegenheit, Kindern für eine gesunde und ausgewogene Ernährung zu begeistern.

Sprichwörter wie: „Kinder mögen kein Gemüse“ und „Gesundes schmeckt Kindern nicht“ sind unseres Erachtens falsch, denn bei jedem gesunden Frühstück merken wir, dass die Kinder diese Abwechslungen spannend finden.

Bei der Zusammenstellung des Frühstücks achten wir auf Farben, Geschmacksrichtung und Gerüche.

Sehr wichtig ist uns, dass wir das Brot mit den Kindern selber backen.

Hier sehen und erfahren die Kinder, wie das Brot hergestellt wird und leicht zu backen ist.

Man muss nicht unbedingt zum Discounter oder Bäcker, um Brot zu holen.

Und übrigens schmeckt es einfach tausendmal besser :-)





Unser gesundes Frühstück findet einmal im Monat statt.