

An die Eltern/Sorgeberechtigten
unserer Schülerinnen und Schüler
der 3c

Tel. 05145/6810
info@gs-lachendorf.de
www.gs-lachendorf.de

Lachendorf, 23.04.2026

Ernährungsführerschein

Liebe Eltern,

vielleicht haben Sie es schon gehört: Unsere Klassen machen mit beim **aid – Ernährungsführerschein**. Gemeinsam mit Kater Cook lernen die Kinder in fünf Doppelstunden, ein leckeres Frühstück und kleine Gerichte für das Mittag – oder Abendessen zuzubereiten. Dabei erfahren die Kinder viel über ausgewogenes Essen und Trinken und üben, mit Lebensmitteln und verschiedenen Küchengeräten umzugehen. In einer schriftlichen Abschlussprüfung zeigen die Schülerinnen und Schüler was sie gelernt haben. Die Kinder werden angeleitet von Frau Meier-Knoop, Ernährungsfachfrau.

Übung macht den Meister!

In Zukunft können Sie also auf die Hilfe Ihres Kindes bauen, wenn es darum geht, lustige Pausenbrote zu schmieren, kalte oder sogar warme Gerichte zuzubereiten, den Tisch zu decken und natürlich aufzuräumen. Denn die Dauerhausaufgabe beim Ernährungsführerschein lautet: Essen zubereiten – ohne ein Schlachtfeld zu hinterlassen! Bitte ermutigen Sie Ihr Kind, die in der Schule erlernten Gerichte zu Hause auszuprobieren. Lassen Sie sich am Wochenende doch mal von Ihrem Kind ein Frühstück oder eine Nachspeise servieren und sparen Sie nicht mit Lob für den Küchenmeister. Die Rezepte sammelt Ihr Kind in einem Schnellhefter. Schauen Sie doch einfach mal rein und lernen Sie Kater Cook kennen!

So können Sie Ihr Kind unterstützen:



Für den aid – Ernährungsführerschein benötigt Ihr Kind zu jeder Unterrichtseinheit:

- Passbild für den Führerschein
- Sparschäler
- Brett
- Schürze und zwei Geschirrtücher
- bei langem Haar, ein Haargummi
- Tupperdose für die Reste



Bitte überweisen Sie 7,- € (Heft und Lebensmittel) an die Grundschule Lachendorf DE22 2579 1635 1580 9820 02

Verwendungszweck: 26Ernährung&LAMA Klasse Name, Vorname

(Achtung! Nur eine Überweisung i. H. v. 11,- € inkl. Fahrradführerschein)

| Voraussichtlicher Tag | Thema |
|-----------------------|---|
| Mi. 03.06.2026 | Projekteinführung: Allgemeines und Regeln für den Ernährungsführerschein |
| Mi. 10.06.2026 | Knackiger Gemüsespaß: Die Kinder bereiten Gemüse zum Knabbern zu. |
| Mi. 17.06.2026 | Kunerbunte Nudelsalate: Die Kinder machen Nudelsalate. |
| Mo. 22.06.2026 | Fruchtiger Schlemmerquark: Die Kinder kreieren Obstquark in leckeren Sorten. |
| Mi. 24.06.2026 | Theoretische Prüfung |

Wenn Sie mehr zum aid – Ernährungsführerschein wissen möchten, dann informieren Sie sich über folgenden Link: <https://www.bzfe.de/schule-und-kita/material-fuer-die-schule/grundschule/der-ernaehrungsfuehrerschein>

Mit freundlichen Grüßen

C. Winkler

M. Marwede

M. Leib-Tycher

und Frau Meier-Knoop