

# Gesunde Snacks

Neben den drei Hauptmahlzeiten Frühstück, Mittagessen und Abendessen nehmen wir häufig 2-3 Snacks zu uns. Oft sind diese Snacks sehr zucker- und fettreich, also ungesund für unsere Ernährung. Im Projekt werden wir gemeinsam Snacks herstellen, die gut schmecken und gesund sind. Wenn du neugierig bist, wie das möglich ist, dann melde dich an!

## Zielsetzung des Projektes:

- 1. Die Kinder kennen den Unterschied zwischen gesunden und ungesunden Nahrungsmitteln.
- 2. Die Kinder bereiten gesunde Snacks zu.
- 3. Die Kinder kennen gesunde Alternativen zu zucker- und fettreichen Snacks.

## Allgemeines und Wichtiges zum Projekt:

- Die Teilnehmerzahl beträgt 10 Kinder.
- Jedes Kind erhält zum Ende des Projektes ein Zertifikat.
- Am Präsentationstag stellen wir den Eltern unser Projekt vor.

## Projektverlauf & Termine

### An den unten genannten Terminen werden wir gemeinsam:

- Obstsalat machen
- gesundes Eis und gesunde Müsliriegel herstellen
- ein Snackbuch gestalten
- und vieles mehr 😊