

Inhalt

Einleitung	5
1.1 Wissenswertes zur Nahrungszubereitung in der Schule	6
1.1.1 Rahmenbedingungen für Ernährungsbildung und Schulverpflegung	6
1.1.2 Speisenzubereitung an außerschulischen Standorten	6
1.1.3 Hygieneregeln bei der Speisenzubereitung mit Schülern	7
1.1.4 Nahrungszubereitung im Klassenzimmer	8
1.1.5 Nahrungszubereitung in der Lehrküche	10
1.1.6 Nahrungszubereitung in der Schulküche	12
1.1.7 Nachhaltigkeit in Ernährungsbildung und Schulverpflegung	13
1.2 Hintergründe und Aufbau der Rezepte	14
1.2.1 Pädagogischer Hintergrund der Projekte	14
1.2.2 Didaktische Konzeption	14
1.2.3 Methodische Konzeption	15
1.2.4 Rezepte des Projekts „Obst und Gemüse im Schulalltag“	17
1.2.5 Rezepte des Projekts „Heimische Wildpflanzen im Alltag“ für die Sekundarstufe	19
1.2.6 Rezepte des Projekts „Milch in der Ernährungsbildung“	22
1.2.7 Rezepte für den Hauswirtschaftsunterricht an der Hauptschule Norden	23
1.2.8 Rezepte für eine Salatbar an der Hauptschule Norden	25
1.2.9 „Bauanleitungen“ für die Arbeitsgemeinschaft „Männersache“ an der Hauptschule Norden	27
1.2.10 Mensarezepte für die Pausenmahlzeiten an der Hauptschule Norden	28
1.2.11 Rezepte des DBU-Projekts „Nachhaltige Verpflegung: Handlungsorientiertes Modell für Grundschulen“	31

1.3 Einführung in den Rezeptteil	36
1.3.1 Gliederung des Rezeptteils	36
1.3.2 Portionsangaben der Rezepte	36
1.3.3 Speiseplan	37
1.3.4 Aufbau der Rezepte	37
1.3.5 Zu den tabellarischen Übersichten über die Rezepte	38
Quellen	40
Rezeptteil	41
Tabellarische Übersichten über die Rezepte	42
Snacks, herhaft	46
Snacks, süß	58
Salate	71
Suppen	85
Hauptgerichte, vegetarisch	93
Hauptgerichte mit Fisch	107
Hauptgerichte mit Fleisch	113
Desserts	122
Getränke und Mixgetränke	133