

Das Programm **schnitz und drunder**

Eine ausgewogene Ernährung fördert die Kinder in ihrer Entwicklung und beugt Übergewicht vor. Das Programm **schnitz und drunder** motiviert Kindertagesstätten, Mittagstische und Tagesstrukturen an Schulen eine ausgewogene und kindgerechte Verpflegung anzubieten. Vorbildliche Institutionen werden ausgezeichnet.

Das Projekt ist Teil des Kantonalen Aktionsprogramms Gesundes Körpergewicht Basel-Stadt und wird von Gesundheitsförderung Schweiz unterstützt.

schnitz und drunder wurde von der Gesundheitsförderung Baselland und der Hauswirtschaftlichen Fachschule des landwirtschaftlichen Zentrums Ebenrain entwickelt.

schnitz und drunder ist übrigens der Name eines einfachen Gerichts, das früher in jedem Baselbieter Haushalt gekocht wurde. Weitere Informationen finden Sie auf www.gesundheit.bs.ch/schnitzunddrunder.



schnitz und drunder

Verpflegung mit Qualität
für Kinder und Jugendliche

Stempel/Etikette der Institution

Gut ernährt ins Leben starten!

Wir verwöhnen Ihr Kind mit schmackhaften und gesunden Mahlzeiten aus frischen Zutaten. Denn wir möchten, dass sich Ihr Kind bei uns rundum wohlfühlt!

Für unsere Verpflegung haben wir die kantonale Auszeichnung **schnitz und drunder** erhalten. Mehr über die Vorteile einer gesunden Ernährung und über unser Engagement erfahren Sie auf den nächsten Seiten.

Gesund essen – was heisst das konkret?

Wir nehmen am Projekt **schnitz und drunder** des Kantons Basel-Stadt teil und entwickeln unser Verpflegungsangebot weiter. Die Auszeichnung von **schnitz und drunder** garantiert Ihnen, dass wir ausgewogen und kindgerecht kochen und die Ernährung als Teil der Erziehung ansehen. Das bedeutet konkret:

Rundum wohlfühlen

Eine ausgewogene Ernährung ist die Grundlage für Wohlbefinden und Ausgeglichenheit.

Im Einklang mit den Jahreszeiten

Saisonale und regionale Nahrungsmittel lassen Ihr Kind die Jahreszeiten besser wahrnehmen.

Lebensmittel sinnlich erfahren

Indem wir die Kinder aktiv in die Tätigkeiten rund ums Essen einbeziehen, bekommen sie einen natürlichen Bezug zu unseren Nahrungsmitteln.

Tischkultur erleben

Mit einer kindgerechten Ess- und Tischkultur in unserer Institution unterstützen wir Sie in Ihrer ganzheitlichen Erziehungsaufgabe.

Mit Freude kochen und essen

Unsere Mahlzeiten werden mit Freude und Sorgfalt gekocht. Das spürt Ihr Kind – und entwickelt mehr Freude am Essen.

Für Mensch, Tier und Umwelt

Mit Nahrungsmitteln aus ökologischer, sozialverträglicher und tierfreundlicher Produktion leisten wir einen Beitrag zur nachhaltigen Entwicklung.

«Mein Lieblingsessen ist Polenta und Rüeblli.»

Lea, 5 Jahre

«Ich kann schon ganz alleine den Tisch decken.»

Pablo, 6 Jahre

«Meine Kinder zeigen deutlich weniger Verlangen nach Schleckzeug und mein Kleiner ist viel ruhiger geworden.»

eine Mutter

«Gutes Essen aus natürlichen Zutaten ist ein Genuss und eine Investition in die Zukunft.»

ein Vater

«Gute Stimmung und eine gewisse Ruhe am Tisch tun den Kindern gut. Sie können die Mahlzeiten mehr geniessen und besser verdauen.»

eine KiTa-Leiterin

«Warum wachsen bei uns im Winter keine Erdbeeren? – Im Projekt **schnitz und drunder** lernen Kinder auf genussvolle Weise viel über regionale und saisonale Lebensmittel. Dadurch haben sie sicher auch eine gute Antwort auf diese Frage. Die Vielfalt der Lebensmittel, die Abwechslung bei der Zubereitung und der Spass beim gemeinsamen Essen sind das eigentliche Geheimnis einer ausgewogenen Ernährung.»

Thomas Steffen, Kantonsarzt Basel-Stadt