

Einladung zum Workshop

## Starke Eiweißhelden – Hülsenfrüchte als Bestandteil der Verpflegung und thematische Ernährungsbildung

Welche Rolle können Hülsenfrüchte in der Kita- und Schulverpflegung übernehmen? Welche pädagogischen Anknüpfungspunkte gibt es bei der Ernährungsbildung zum Thema Hülsenfrüchte? Der Workshop erläutert Ihnen die Bedeutung von Hülsenfrüchten für eine nachhaltige und ausgewogene Ernährung in ihrer Einrichtung. Nach dem Motto „**Von der Theorie in die Praxis**“, können Sie mit uns gemeinsam Ernährungsbildungsangebote zum Thema Hülsenfrüchte für ihren Einrichtungsalltag erarbeiten und im Anschluss unter der Anleitung von **Maria Streitferdt, Inhaberin der Keferküche**, Speisen aus Bio-Lebensmitteln mit Hülsenfrüchten zubereiten und verkosten. Die Rezepte eignen sich auch zum Kochen mit und für Kinder und Jugendliche im Kita- und Schulalltag. Auf diese Weise möchten wir ihre Lebensmittel- und Rezeptpalette erweitern und Alternativen zu Fleischgerichten aufzeigen.

Der Workshop möchte Ihnen:

- Tipps und Tricks für ein **nachhaltiges Verpflegungsangebot** an Kitas und Schulen aufzeigen
- die **Bedeutung und Einsatzmöglichkeiten von Hülsenfrüchten** in der Ernährung beleuchten
- Vorstellung des **Bio-Cateringunternehmens Keferküche**
- Aufzeigen von **Ernährungsbildungsangeboten zum Thema Hülsenfrüchte**
- Anregungen geben zum Thema **Kochen im Kita- und Schulalltag mit Hülsenfrüchten**

**Termin:** Dienstag, 30. Mai 2023, 13:45 bis 18:00 Uhr

**Veranstaltungsort:** Am Großen Teich 2, 98693 Ilmenau

Die Veranstaltung findet im Rahmen der Infokampagne „Bio kann jeder – nachhaltig essen in Kita und Schule“ **kostenfrei** statt. Mehr zur Kampagne finden Sie unter [www.biokannjeder.de](http://www.biokannjeder.de).

Bitte melden Sie sich **bis zum 23. Mai 2023** mit Hilfe des Anmeldeformulars **verbindlich** an und senden dieses an folgende E-Mail-Adresse: [t.hesse@oekoherz.de](mailto:t.hesse@oekoherz.de) oder per Post oder per Fax: 03643/8819159 zurück.

Ich freue mich, Sie am 30. Mai **live mit der Keferküche begrüßen** zu dürfen!

Mit freundlichen Grüßen,



Tina Hesse - Projektleiterin



## Programm am 30.05.2023

### Live-Workshop mit der Keferküche

<b>13:45</b>	<b>Ankommen Keferküche Ilmenau</b>	
<b>14:00</b>	<b>Begrüßung und Vorstellungsrunde</b> Informationen zu „Bio kann jeder“	Tina Hesse Thüringer Ökoherz e.V.
<b>14:15</b>	<b>Nachhaltige Verpflegung in KiTa und Schule</b> Tipps und Tricks für ein nachhaltiges Verpflegungsangebot	Tina Hesse Thüringer Ökoherz e.V.
<b>14:40</b>	<b>Hülsenfrüchte als Eiweißhelden ihrer Einrichtung</b> - Warum Hülsenfrüchte für uns so wichtig sind - Einsatzmöglichkeiten in Kita und Schule	Maria Streitferdt Keferküche
<b>15:10</b>	<b>Vorstellung der Keferküche Ilmenau</b> - 100 % Bio - natürlich - frisch - individuell	Maria Streitferdt Keferküche
<b>15:30</b>	<b>Verschlaufpause mit Bio-Snacks und Getränke</b>	
<b>15:45</b>	<b>Ernährungsbildung: Anregungen für ihre Einrichtung</b> - Kreativ werden mit Hülsenfrüchten	Natalie Studenik Thüringer Ökoherz e.V.
<b>16:15</b>	<b>Kochen: Von der Theorie in die Praxis</b> -Wichtiges zum Kochen mit Hülsenfrüchten Gruppenarbeit: Zubereitung von Rezepten mit Hülsenfrüchten	Maria Streitferdt & Tina Hesse, Keferküche & Thüringer Ökoherz e.V.
<b>17:30</b>	<b>Verkostung und Vernetzung</b> Gemeinsame Abschlussrunde mit Anregungen und Ausblick	Maria Streitferdt & Tina Hesse, Keferküche & Thüringer Ökoherz e.V.
<b>18:00</b>	<b>Ende der Veranstaltung</b>	

**Bio kann jeder - Nachhaltig essen in Kita und Schule** unterstützt mithilfe von Workshops Verantwortliche vor Ort dabei, das Verpflegungsangebot für Kinder und Jugendliche nachhaltiger zu gestalten. Die Teilnehmenden erhalten von Regionalpartnern praxisorientierte Tipps wie sie Lebensmittel aus ökologischer Erzeugung in ihren Einrichtungen einführen bzw. das Angebot erweitern können. Die Bio kann jeder-Workshops werden im Auftrag des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) im Rahmen des Bundesprogramm Ökologischer Landbau (BÖL) durchgeführt. Weitere Informationen finden Sie unter [www.biokannjeder.de](http://www.biokannjeder.de)



## Teilnehmende

### Eingeladen sind

- Erzieherinnen und Erzieher
- Köchinnen und Köche
- Personen aus der Kindertagespflege
- Lehrkräfte
- Verantwortliche aus dem Verpflegungsbereich von Kita und Schule
- Kita - und Schulleitungen
- interessierte Akteurinnen und Akteure

Die Veranstaltung wird als Fortbildung für Lehrer\*innen durch das ThILLM anerkannt.

## Anmeldung

bis zum 23. Mai 2023

Bitte senden Sie das ausgefüllte pdf-Anmeldeformular an:

t.hesse@oekoherz.de oder per Fax an 03643/ 8819159

## Teilnahmegebühren

Dieses Angebot ist kostenfrei. Es entsteht keine Teilnahmegebühr.

## Kontakt für Rückfragen

Thüringer Ökoherz e.V. - Dachverband und Förderverein für Ökolandbau Thüringen

Ansprechpartnerin:

Tina Hesse

Schlachthofstraße 8-10

99423 Weimar

Email: [t.hesse@oekoherz.de](mailto:t.hesse@oekoherz.de)

Tel.: 03643 / 88191-34

## Workshoppartner\*innen

- Natalie Studenik, Thüringer Ökoherz e.V.
- Maria Streitferdt, Keferküche Ilmenau



Thüringer  
**ökoherz**