

<b>1</b>	<b>Interkultureller Austausch – gesunde Küche aus anderen Ländern</b>	Anbieter:	Meike Broermann / Sylvia Bobzin / Melina Fehring/Hannah Gertzen/NN
	Wir möchten Euch/Sie einladen, einen kurzen Abstecher in die Küche anderer Kulturen zu machen. Kinder und Eltern kochen und backen gemeinsam mit der Ernährungsberaterin Onat Temme. Abschließend werden die Speisen gemeinsam verkostet.	Wo	Kita
		Wer	Kinder und Eltern
		Wie viele	20 – 25 Personen
		Wie lange	2 – 3 Stunden
		Voraussetzung	Küche im Kindergarten
		Wann	Nach Absprache
Was mitbringen	Schürze/altes Hemd, scharfes Messer, kleine Boxen, Getränk, Geschirr, Besteck		
<b>2</b>	<b>Kochen mit Aldi, Lidl &amp; Co</b>	Anbieter:	Meike Broermann / Sylvia Bobzin / Melina Fehring/Hannah Gertzen/NN
	Wir möchten Euch/Sie einladen, neue Ideen für eine abwechslungsreiche, preiswerte und unkomplizierte Küche mit frischen und gesunden Zutaten kennenzulernen. Die Diätassistentin Onat Temme bringt viele einfache Rezepte für leckere Gerichte für die ganze Familie mit.	Wo	Kita
		Wer	Kinder und Eltern der
		Wie viele	20 – 25 Personen
		Wie lange	2 – 3 Stunden
		Voraussetzung	Küche im Kindergarten
		wann	Nach Absprache
Was mitbringen	Schürze/altes Hemd, scharfes Messer, kleine Boxen, Getränk, Geschirr, Besteck		
<b>3</b>	<b>Jahreszeitliches Kochen</b>		
<b>3.1</b>	<b>Frühlingsküche = Kräuterküche</b>	Anbieter:	Meike Broermann / Sylvia Bobzin / Melina Fehring/Hannah Gertzen/NN
	Kräuterschnecken, Kräuterquark, Nudeln mit selbstgemachtem Petersilienpesto..., die Frühlingsküche lockt mit frischen Kräutern. Kinder und Eltern kochen gemeinsam und probieren im Anschluss die selbst produzierten Speisen. Die Rezepte zum Nachkochen werden am Schluss verteilt.	Wo	Kita
		Wer	Kinder und Eltern
		Wie viele	20 – 25 Personen
		Wie lange	2 – 3 Stunden
		Voraussetzung	Küche im Kindergarten
		Wann	Frühling
Was mitbringen	Schürze/altes Hemd, scharfes Messer, kleine Boxen, Getränk, Geschirr, Besteck		

<b>3.2 Sommerküche = Quer durch den Garten</b>	<b>Anbieter:</b>	Meike Broermann / Sylvia Bobzin / Melina Fehring/Hannah Gertzen/NN
	Wo	Kita
	Wer	Kinder und Eltern
	Wie viele	20 – 25 Personen
	Wie lange	2 – 3 Stunden
	Voraussetzung	Küche im Kindergarten
	Wann	Sommer
	Was mitbringen	Schürze/altes Hemd, scharfes Messer, kleine Boxen, Getränk, Geschirr, Besteck
Eltern und Kinder probieren und verarbeiten frische Produkte aus dem Garten: Beerenobst und Gemüse, Gurkenschlange, Zucchini-Möhrenbrötchen, Beerensmoothies... Die Teilnehmer kochen gemeinsam und probieren im Anschluss die selbst produzierten Speisen. Die Rezepte zum Nachkochen werden am Schluss verteilt.		
<b>3.3 Herbstküche = Apfel- und Birnenküche</b>	<b>Anbieter:</b>	Meike Broermann / Sylvia Bobzin / Melina Fehring/Hannah Gertzen/NN
	Wo	Kita
	Wer	Kinder und Eltern
	Wie viele	20 – 25 Personen
	Wie lange	2 – 3 Stunden
	Voraussetzung	Küche im Kindergarten
	Wann	Herbst
	Was mitbringen	Schürze/altes Hemd, scharfes Messer, kleine Boxen, Getränk, Geschirr, Besteck
Die Kinder und Eltern kochen Apfelmus, backen Apfelbrot, Flammkuchen mit Birne und vieles mehr. Die Teilnehmer kochen gemeinsam und probieren im Anschluss die selbst produzierten Speisen. Die Rezepte zum Nachkochen werden am Schluss verteilt.		
<b>3.4 Weihnachtsbäckerei</b>	<b>Anbieter:</b>	Meike Broermann / Sylvia Bobzin / Melina Fehring/Hannah Gertzen/NN
	Wo	Kita
	Wer	Kinder und Eltern
	Wie viele	20 – 25 Personen
	Wie lange	2 – 3 Stunden
	Voraussetzung	Küche im Kindergarten
	Wann	Weihnachtszeit
	Was mitbringen	Schürze/altes Hemd, scharfes Messer, kleine Boxen, Getränk, Geschirr, Besteck
Nach der Backaktion mit den Kindern und Eltern folgt eine gemütliche vorweihnachtliche Teestunde mit dem Probieren der Köstlichkeiten. Diese Aktion könnte auch als Weihnachtsfeier einer Klasse durchgeführt werden. Die Teilnehmer bekommen die Rezepte zum Nachbacken.		

<b>4</b>	<b>Kochen mit den Landfrauen</b>		
<b>4.1</b>	<b>Milch - macht alle Kinder stark</b>	<b>Anbieter:</b>	Landfrauenverband
	<p>Denn Milch liefert am meisten Kalzium, den Baustoff für starke Knochen. Wir möchten Euch ganz herzlich einladen, gemeinsam zu entdecken, welche Leckereien sich aus Milch und Milchprodukten zaubern lassen.</p>	Wo	Schule
		Wer	Kinder und Eltern der Klasse 1 -4
		Wie viele	20 – 25 Personen
		Wie lange	2 – 3 Stunden
		Voraussetzung	Schulküche
		Wann	ganzjährig
		Was mitbringen	Schürze/altes Hemd, Resteboxen, Getränk
<b>4.2</b>	<b>Kartoffel – die tolle Knolle</b>	<b>Anbieter:</b>	Landfrauenverband
	<p>Kartoffel, Erappel, Erdapfel ... die Kartoffel hat viele regional verschiedene Namen. Vielfältig sind auch die Kartoffelrezepte, die wir mit Euch ausprobieren möchten.</p>	Wo	Schule
		Wer	Kinder und Eltern der Klasse 1 -4
		Wie viele	20 – 25 Personen
		Wie lange	2 – 3 Stunden
		Voraussetzung	Schulküche
		Wann	ganzjährig
		Was mitbringen	Schürze/altes Hemd, Resteboxen, Getränk
<b>4.3</b>	<b>Getreide - Ährensache</b>	<b>Anbieter:</b>	Landfrauenverband
	<p>Spätestens an der Ähre kann man erkennen, welches Getreide auf dem Acker wächst. Jedes kleine Getreidekorn enthält alles, was die Pflanze zum Wachsen benötigt. Aus diesem vollwertigen Lebensmittel möchten wir mit Euch kernige, knackige und leckere Gerichte zubereiten.</p>	Wo	Schule
		Wer	Kinder und Eltern der Klasse 1 -4
		Wie viele	20 – 25 Personen
		Wie lange	2 – 3 Stunden
		Voraussetzung	Schulküche
		Wann	ganzjährig
		Was mitbringen	Schürze/altes Hemd, Resteboxen, Getränk
<b>4.4</b>	<b>Gemüse und Obst – bunt &amp; gesund</b>	<b>Anbieter:</b>	Landfrauenverband
	<p>Gemüse und Obst bringen bei jeder Mahlzeit Farbe auf den Teller. Rund ums Jahr haben die verschiedensten Gemüse und Obstarten Saison. Lasst</p>	Wo	Schule
		Wer	Kinder und Eltern der Klasse 1 -4
		Wie viele	20 – 25 Personen

	Euch überraschen, was bei unserem Kochen gerade frisch aus dem Garten oder vom Feld verarbeitet werden kann.	Wie lange	2 – 3 Stunden
		Voraussetzung	Schulküche
		Wann	ganztätig
		Was mitbringen	Schürze/altes Hemd, Resteboxen, Getränk
<b>5</b>	<b>Hoferkundung</b>	Anbieter:	Landvolk
	Wir möchten Euch/Sie ganz herzlich einladen, einen Bauernhof zu besichtigen, z. B. einen Milchviehbetrieb. Kinder und Eltern können sich den Stall anschauen. Informationen über das Futter der Kühe und die Aufzucht der Jungtiere stehen auf dem Programm. Besonders spannend ist die Besichtigung des Melkstandes.	Wo	Bauernhof in der Nähe der Kita
		Wer	Kinder und Eltern
		Wie viele	Bis 20 - 25 Personen
		Wie lange	2 Stunden
		Voraussetzung	Eigentransport
		Wann	Nach Absprache
		Was mitbringen	Wetterfeste Kleidung, Verpflegung, Getränk
<b>6</b>	<b>„Ernährung im Tierreich“</b>	Anbieter:	Zoo Osnabrück
	Was kommt bei Elefanten, Bären oder Pinguinen jeden Tag auf den „Tisch“? Gibt es bei ihnen auch gesundes Futter und „Süßigkeiten“? Worauf müssen die Tierpfleger achten, damit die Tiere gesund ernährt werden? Kommt dem Speiseplan im Tierreich auf die Spur – mit Erklärungen eines Zoo-Experten. Die Führung dauert 90 Minuten. Die Teilnehmer können den Zoo anschließend weiter auf eigene Faust erkunden.	Wo	Zoo Osnabrück
		Wer	Vorschulkinder und Eltern
		Wie viele	30 Personen
		Wie lange	1,5 Stunden
		Voraussetzung	Eigentransport zum Zoo: PKW oder Stadtbus
		Wann	März - Juni
		Was mitbringen	Expeditionskleidung, Verpflegung, Getränk