



## Kleine Löffelhelden fürs Klima

**Zielgruppe:** Kita / Klasse 1

**Fach:** Sachkunde

**Dauer:** Kita 2,5 Stunden

1. Klasse 3,5 Stunden

Mit leckerem Essen kennen sich schon jüngere Kinder aus. Aus diesem Grund sollen die kleinen Löffelhelden in diesem Programm erleben, dass ihre Ernährung einen erheblichen Einfluss auf das Klima hat. Mit Spiel und Spaß erfahren die Kinder u. a., dass unser Obst und Gemüse zu verschiedenen Jahreszeiten wächst, dass Lebensmittel oft einen weiten Weg zu uns zurücklegen und mit verantwortlich für klimaschädliche Gase sind. Zu Löffelhelden werden die Kinder, indem sie selber ein Menü kochen, das gut für unser Klima ist und allen schmeckt.



Gefördert durch die

STIFTUNG UMWELT  
UND ENTWICKLUNG  
NORDRHEIN-WESTFALEN



<b>Programm</b>		
<b>Leitziel</b>	Die Kinder lernen, dass unsere Ernährung eine Auswirkung auf das Klima hat.	
<b>Mittlerziele</b>	<b>Handlungsziele</b>	<b>Teilkompetenz</b>
1. Die Kinder erfahren, dass Lebensmittel CO <sub>2</sub> emittieren.	1.1 Mittels des Kartenspiels sehen die Kinder, dass die Herstellung von Nahrungsmitteln unterschiedlich viel Zeit, Energie und Ressourcen braucht. (Erleben)	T.1 Kompetenz zur Perspektivübernahme: Weltoffen und neue Perspektiven integrierend Wissen aufbauen T.4 Kompetenz zum Umgang mit unvollständigen und überkomplexen Informationen: Risiken, Gefahren und Unsicherheiten erkennen und abwägen können G.1 Kompetenz zur Kooperation: Gemeinsam mit anderen planen und handeln können G.3 Kompetenz zur Partizipation: An kollektiven Entscheidungsprozessen teilhaben können
2. Die Kinder erfahren, dass Obst und Gemüse zu bestimmten Jahreszeiten wachsen, unterschiedlich lange Transportwege haben und damit Energieverbrauch verbunden ist.	2.1 Mittels des Sortierspiels erleben die Kinder, welches heimische Obst und Gemüse zu welchen Jahreszeiten wächst und dass exotisches Obst und Gemüse lange Transportwege hat. (Erleben)	T.1 Kompetenz zur Perspektivübernahme: Weltoffen und neue Perspektiven integrierend Wissen aufbauen T.4 Kompetenz zum Umgang mit unvollständigen und überkomplexen Informationen: Risiken, Gefahren und Unsicherheiten erkennen und abwägen können G.2 Kompetenz zur Bewältigung individueller Entscheidungs-dilemmata: Zielkonflikte bei der Reflexion über Handlungsstrategien berücksichtigen können
3. Die Kinder lernen, dass biologische und fair hergestellte Nahrungsmittel umweltverträglicher sind als konventionelle Nahrungsmittel.	3.1 Mittels der Puzzlekarten erfahren die Kinder, dass biologische und fair hergestellte Nahrungsmittel umweltverträglicher sind als konventionelle Nahrungsmittel. (Erleben)  3.2 Mittels des Puzzles erkennen die Kinder, wie man die Herstellungsweise von Lebensmitteln mit Hilfe von Siegeln erkennen kann. (Erleben)	T.1 Kompetenz zur Perspektivübernahme: Weltoffen und neue Perspektiven integrierend Wissen aufbauen T.3 Kompetenz zur disziplin-übergreifenden Erkenntnis-gewinnung: Interdisziplinär Erkenntnisse gewinnen und handeln G.1 Kompetenz zur Kooperation: Gemeinsam mit anderen planen und handeln können E.2 Kompetenz zum moralischen Handeln: Vorstellungen von Gerechtigkeit als Entscheidungs- und Handlungsgrundlage nutzen können
4. Es wird die Umweltverträglichkeit von	4.1 Mittels des Memoryspiels erkennen die Kinder, welche	T.1 Kompetenz zur Perspektivübernahme:



<p>verschiedenen Verpackungen vermittelt.</p>	<p>Verpackungsalternativen es gibt und welche jeweils die beste für das Klima ist. (Erleben)</p>	<p>Weltoffen und neue Perspektiven integrierend Wissen aufbauen G.1 Kompetenz zur Kooperation: Gemeinsam mit anderen planen und handeln können G.2 Kompetenz zur Bewältigung individueller Entscheidungs-dilemmata: Zielkonflikte bei der Reflexion über Handlungsstrategien berücksichtigen können E.3 Kompetenz zum eigenständigen Handeln: Selbständig planen und handeln können</p>
<p>5. Die Kinder erfahren, dass der Körper unterschiedliche Mengen von verschiedenen Nährstoffen/ Nahrungsmitteln braucht, um gesund und fit zu sein.</p>	<p>5.1 Mittels des Laufspiels erleben die Kinder, welche Mengen von welchen Nahrungsmitteln gesund sind. (Erleben)  5.2 Der Referent erklärt den Zusammenhang zwischen gesunder und klimaverträglicher Ernährung.</p>	<p>T.1 Kompetenz zur Perspektivübernahme: Weltoffen und neue Perspektiven integrierend Wissen aufbauen G.1 Kompetenz zur Kooperation: Gemeinsam mit anderen planen und handeln können G.2 Kompetenz zur Bewältigung individueller Entscheidungs-dilemmata: Zielkonflikte bei der Reflexion über Handlungsstrategien berücksichtigen können G.3 Kompetenz zur Partizipation: An kollektiven Entscheidungsprozessen teilhaben können E.3 Kompetenz zum eigenständigen Handeln: Selbständig planen und handeln können</p>
<p>6. Die Kinder lernen Rezepte kennen, mit denen klimafreundliche Gerichte gekocht werden können.</p>	<p>6.1 Durch die Vorauswahl von Rezepten und das Feedback vom NaturGut lernen die Kinder klimafreundliche Lebensmittel kennen. (Wissen)</p>	<p>T.1 Kompetenz zur Perspektivübernahme: Weltoffen und neue Perspektiven integrierend Wissen aufbauen T.2 Kompetenz zur Antizipation: Vorausschauend Entwicklungen analysieren und beurteilen können G.1 Kompetenz zur Kooperation: Gemeinsam mit anderen planen und handeln können E.1 Kompetenz zur Reflexion auf Leitbilder: Die eigenen Leitbilder und die anderer reflektieren können</p>
<p>7. Die Kinder lernen einfache Rezepte zu befolgen und danach zu kochen.</p>	<p>7.1 Indem die Kinder selber Rezepte ausprobieren, erfahren sie, dass Kochen Spaß macht. (Erleben)</p>	<p>T.1 Kompetenz zur Perspektivübernahme: Weltoffen und neue Perspektiven integrierend Wissen aufbauen T.3 Kompetenz zur disziplin-übergreifenden Erkenntnis-gewinnung: Interdisziplinär Erkenntnisse</p>



		gewinnen und handeln G.1 Kompetenz zur Kooperation: Gemeinsam mit anderen planen und handeln können G.4 Kompetenz zur Motivation: Sich und andere motivieren können, aktiv zu werden E.3 Kompetenz zum eigenständigen Handeln: Selbständig planen und handeln können E.4 Kompetenz zur Unterstützung anderer: Empathie für andere zeigen können
--	--	---

**Material:**

- 4 Tischdecken (Anlage 3)
- Kraftwerkplakat (Anlage 13)
- CO<sub>2</sub>-Karten (Anlage 4)
- Symbolkarten für blauen Stern (Anlage 14)
- Jahreszeitenkarten DIN-A4 (Anlage 15)
- Karte Deutschlandfahne DIN-A4 (Anlage 16)
- Karte Weltkugel DIN-A4 (Anlage 16)
- Holzobst/-gemüse
- 4 Körbe
- Puzzlekarten (Anlage 6)
- Smileys und Biosiegel (Anlage 17)
- Memory-Karten (Anlage 7)
- Ernährungspyramide (Anlage 8)
- Lebensmittelkarten (Anlage 10)
- Material fürs Kochen

**Vor der Veranstaltung zu erledigen:**

- Lebensmittel einkaufen
- 4 Tische für die Spiele vorbereiten
- Symbolkarten für blauen Stern auf die entsprechenden Felder der Tischdecke „Löffelhelden brauchen Zeit und Energie“ (blauer Stern) legen

- Lebensmittelkarten farblich markieren
- Ernährungspyramide vorbereiten
- Küche vorbereiten
- Rezepte vorbereiten

**Ablaufplan Übersicht:**

Drei Wochen vor dem Termin werden der Gruppe Rezepte und folgende Aufgabenstellung zugeschickt:

„Stellt aus den Rezepten ein „Menü“ zusammen, das ihr an dem Tag auf dem NaturGut Ophoven kochen möchtet.“



Dieser Unterrichtseinheit liegt das im Rahmen des Projektes entwickelte Kochbuch „Ich koche! Sterneköche fürs Klima“ zu Grunde (ISBN 978-3-9816451-2-5). Es kann natürlich jede andere saisonale oder regionale Rezeptsammlung genutzt werden.

Mindestens eine Woche vor dem Termin wird der Menüwunsch an das NaturGut Ophoven durchgegeben. So ergibt sich die Möglichkeit eines Feedbacks, falls eine bestimmte Zutat in einer bestimmten Jahreszeit regional nicht vorhanden ist. Auf diese Weise werden erste Denkprozesse zum Thema saisonale und regionale Ernährung in Gang gesetzt und eine eventuelle Neuauswahl des Menüs kann folgen.

<b>Zeit</b>	<b>Aktionsphasen</b>
5 Min.	Einstieg und Teilung der Gruppe
55 Min.	Module Sterneküche
60 Min.	Zubereitung des Menüs
50 Min.	Essen, Aufräumen, Abschlussbesprechung
5 Min.	Verabschiedung

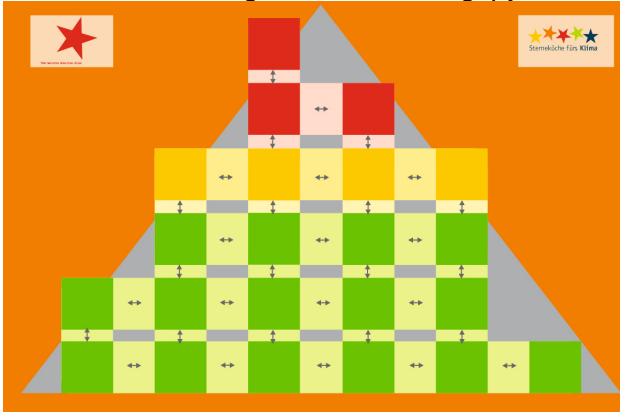


**Ablauf**

Zeit	Inhalt/Ablauf	Material
5 Min.	<p>Begrüßung, Ablauf der Einheit vorstellen</p> <p><i>Hallo, toll dass ihr hier seid. Ihr werdet alle Löffelhelden für unser Klima! Wie das geht? Ihr alle wisst nachher ganz genau Bescheid, welche Lebensmittel gut für unser Klima sind, und ihr werdet auch selber ein Menü kochen, das gut für unser Klima ist.</i></p> <p>Teilung der Gruppe, wenn mehr als 15 Kinder. Gruppe 1 fängt mit Teil 1 an: Erlebnismodule, Gruppe 2 mit Teil 2 Zubereitung des Heldenmenüs</p>	
15 Min.	<p>Löffelhelden brauchen Zeit und Energie (CO<sub>2</sub>-Ausstoß von Lebensmitteln, blauer Stern)</p> <p>Damit die Kinder begreifen können, was CO<sub>2</sub> ist, wird das Kraftwerkplakat <b>KURZ</b> erklärt</p> <p>So funktioniert ein Kohlekraftwerk: Wir verbrennen Kohle, um Strom/Energie zu bekommen. Kohle wird in einem großen Kessel/Ofen verbrannt. Die Wärme der Kohle erhitzt das Wasser im Kessel. Wenn das Wasser kocht, entsteht Wasserdampf. Dieser Wasserdampf hat viel Kraft und drückt gegen die Schaufeln der Turbine. Sie beginnt sich zu drehen. Die Drehbewegung wird auf den Generator übertragen. Er erzeugt den Strom, der über eine Leitung in die Steckdose fließt. Durch den Schornstein gelangt Rauch in unsere Luft. In diesem Rauch ist CO<sub>2</sub>. Das ist gar nicht gut für unsere Umwelt/Klima. Durch CO<sub>2</sub> wird es auf der Erde immer wärmer.</p> <p>Vor den Kindern liegen Karten auf denen „CO<sub>2</sub>-Wolken“ und Symbole für Rindfleisch, Schafskäse, Hühnerfleisch, Tomate und Apfel abgebildet sind. Diese sollen die Kinder auf das Spielfeld richtig einsortieren.</p> <p>Sind die einzelnen Karten richtig einsortiert, werden die einzelnen Abbildungen besprochen:</p> <p>Die Kinder zählen nun gemeinsam mit dem Referenten die Karten der einzelnen Produkte/Tiere. <i>Warum haben manche Lebensmittel sehr viele Karten und manche nur eine Karte?</i> Für manche Lebensmittel wird viel Energie benötigt, bis wir sie essen können. Strom, Transport, Regenwald wird abgeholzt... Wenn viel Energie gebraucht wird, ist das nicht gut für unsere Natur/Umwelt/Klima.</p>	<p>Tischdecke mit entsprechendem Spielfeld (Anlage 3), CO<sub>2</sub> Karten (Anlage 4) Kraftwerkplakat, Symbolkarten für blauen Stern (Anlage 14)</p>



<p>10 Min.</p>	<p>Löffelhelden brauchen Jahreszeiten (Regionale und saisonale Ernährung, gelber Stern)</p> <p>Die Kinder stellen sich hintereinander auf. Jedes Kind bekommt ein Holzobst oder Holzgemüse. In 3-4m Abstand liegen Jahreszeitenkarten: Schneeflocke für Winter, Blume für Frühling, Sonne für Sommer und Herbstlaub für Herbst. Das Kind, das vorne steht, hält sein Lebensmittel hoch, so dass alle es sehen können. Gemeinsam wird überlegt, wann das Obst/Gemüse reif ist und geerntet werden kann. Anschließend soll das Kind es zum passenden Jahreszeitenbild bringen. Dann ist das zweite Kind dran.</p> <p>Wenn alles einsortiert ist, sehen die Kinder, dass das meiste Obst/Gemüse im Sommer und Herbst reif ist. <i>Aber warum bekommt man im Winter so viel Obst und Gemüse im Supermarkt? Es kommt von weit her, z.B. die Erdbeeren, die es im Sommer bei uns gibt, kommen im Winter aus Afrika. Sie werden per Schiff oder Flugzeug zu uns gebracht. Das ist gar nicht gut, da dadurch viele Abgase in die Luft gepustet werden, und das ist nicht gut für unser Klima.</i></p> <p><i>Gibt es denn anderes Obst und Gemüse, das vielleicht gar nicht bei uns zu Hause wächst, sondern immer von weit her kommt?</i></p> <p>Aus den Saisonkörben wird dann erneut sortiert, ob das Obst/Gemüse aus Deutschland kommt oder aus dem Ausland. In 2 m Entfernung steht ein Korb mit einer Deutschlandfahne und in 4 m Entfernung ein Korb mit einer Weltkugel. <i>Oh ganz schön viel Obst und Gemüse kommt von weit her zu uns nach Hause. Da kommen aber viele Abgase in die Luft.</i></p> <p>Zusammen wird überlegt, ob man Erdbeeren im Winter unbedingt braucht, ob man jeden Tag Ananas essen sollte etc.</p>	<p>Tischdecke mit entsprechendem Spielfeld (Anlage 3), Jahreszeitenkarten DIN-A4 (Anlage 15) Karte Deutschlandfahne DIN-A4 (Anlage 16) Karte Weltkugel DIN-A4 (Anlage 16) Holzobst/-gemüse 4 Körbe</p>
<p>10 Min.</p>	<p>Löffelhelden erkennen Bio (Biosiegel, grüner Stern)</p> <p>Die Kinder sollen Puzzlekarten zusammensetzen. Jedes Lebensmittel setzt sich aus 2 Teilen zusammen. Pro Lebensmittel gibt es je zwei Puzzle, die zusammengesetzt werden müssen. Ein Puzzle ist ein Beispiel für Bio-Anbau, das andere für normalen (konventionellen) Anbau. Unter jedem Puzzle steht ein kurzer Satz, den der Referent vorliest.</p> <p>Sind alle Puzzles zusammengesetzt, wird gemeinsam entschieden, welches Lebensmittel gut für unsere Umwelt und das Klima ist. Auf jedes Lebensmittel, das positiv bewertet wird, wird ein Smiley gelegt.</p> <p><i>Schaut euch die Bildpaare noch einmal an. Was ist auf den Bildern, auf denen ein Smiley liegt, immer drauf? Richtig, ein grünes</i></p>	<p>Tischdecke mit entsprechendem Spielfeld (Anlage 3), Puzzlekarten (Anlage 6) Smileys (Anlage 17) Biosiegel in Din-A4 (Anlage 16)</p>

	<p>Zeichen mit einem Blatt. Das habe ich hier auch noch einmal in Groß. Wenn ihr diese Zeichen auf einem Lebensmittel seht, wisst ihr, dass es gut für unsere Umwelt/das Klima ist.</p>	
10 Min.	<p>Verpackungen von Lebensmitteln: Löffelhelden lieben „unverpackt“! (Verpackungen von Lebensmitteln, oranger Stern)</p> <p>Die Kinder sollen zueinander passende Karten entdecken und zusammenlegen. Auf dem Boden liegen Memory-Karten aufgedeckt. Die Kinder sollen je ein gutes und ein schlechtes Beispiel für Verpackung finden, die zueinander passen, z.B. Plastiktüte - Stoffbeutel. Gemeinsam werden die einzelnen Paare besprochen.</p>	<p>Tischdecke mit entsprechendem Spielfeld (Anlage 3), Memory-Karten (Anlage 7)</p>
10 Min.	<p>Modul 5 Ernährungspyramide (roter Stern)</p> <p>Auf dem Boden liegt eine Ernährungspyramide.</p>  <p>Den Kindern wird erklärt, was eine Ernährungspyramide ist. Von dem, was im roten Bereich ist, sollte man nur wenig essen. Vom gelben Feld darf man schon ein bisschen mehr essen und vom grünen Bereich darf man viel essen, damit man gesund und fit bleibt. Die Kinder stellen sich hintereinander auf. In 5-10 m Abstand liegt die Ernährungspyramide. Jedes Kind bekommt eine Lebensmittelkarte, die auch farblich markiert ist. Die Karte soll in die Ernährungspyramide zur richtigen Farbe einsortiert werden. Hat ein Kind eine Karte von einem Feld, das schon besetzt ist, muss es zurücklaufen und eine neue Karte holen und schauen, ob sie passt.  Warum musste man so oft zurücklaufen, wenn man eine Karte hatte, die in ein rotes Feld gehört? Dort gibt es nur 3 Felder. Was bedeutet das? Warum musste man nicht so oft zurücklaufen, wenn man eine Karte hatte, die in ein grünes Feld gehört?  Besprechung: Was in den roten Bereich gehört, ist nicht jeden Tag gut für uns, aber auch nicht gut für unser Klima! Deshalb sollte man davon nur wenig essen.</p>	<p>Ernährungs- pyramide (Anlage 8) Lebensmittel- karten (Anlage 10)</p>
	Ggfs. Tausch der Gruppen	





<p>60 Min.</p>	<p>Teil 2 Sterneküche Das gewünschte „Menü“ wird zubereitet. Dafür werden die Kinder gleichmäßig den einzelnen Rezepten zugeteilt und kochen das jeweilige Gericht.</p> <p>Hinweise zum Kochen: Vorbereitung:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Mengenangaben und Aufteilung von Rezepten auf Gruppen vorab klären:<ul style="list-style-type: none"><li>– Wie oft muss jedes Rezept vervielfältigt werden (entsprechend der Größe der Gruppe)?</li><li>– Welche Rezepte brauchen am meisten Zeit? Diese werden als erstes angefangen.</li><li>– In jedem der 2 Durchgänge wird die Gruppe in 3 Untergruppen eingeteilt, jede startet mit einem Gericht.</li><li>– Angefangene Lebensmittel zuerst aufbrauchen! Nicht von einem Produkt unnötig viel öffnen.</li><li>– Angebrochene Lebensmittel befinden sich in beschrifteten Sterneküche-Boxen und einem beschrifteten Kühlschrank.</li><li>– Um Zeit zu sparen, die 3 Rezepte des ersten Durchgangs an 3 Tischen vorbereiten: alle benötigten Zutaten, Werkzeuge und das Rezept bereitlegen!</li><li>– Rezepte des 2. Durchgangs vorbereiten und bereitlegen.</li><li>– Schürzen und Haargummis bereitlegen.</li></ul></li></ul> <p>Achtung: Bei Gerichten, die länger dauern, stellt es erfahrungsgemäß für die Kinder der zweiten Gruppe kein Problem dar, die Arbeiten von der ersten Gruppe weiterzuführen und das Gericht weiter zu kochen.</p> <p>Hygiene: Zu Beginn eines jeden Durchgangs kurz den Kindern erklären: Vor allem anderen: zu allererst Hände waschen!!!</p> <p>1. Körper:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Hände waschen (vor Arbeitsbeginn, nach Pausen, nach dem Toilettengang, nach Niesen, Husten, Naseputzen, nach allen unreinen Arbeitsgängen etc.)</li><li>- Vorgehen: Hände nass machen und einseifen, Handflächen und Handrücken reinigen, Fingerspitzen auf der Handinnenfläche der anderen Hand reiben, Fingernägel mit Nagelbürste, zwischen den Fingern, Unterarme, abspülen, abtrocknen</li><li>- Haare zurückbinden</li><li>- Schmuck ablegen</li><li>- Schürzen umbinden</li><li>- Offene Wunden mit wasserdichten Pflastern abdecken.</li></ul>	
--------------------	--	--



	<p>2. Küche:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Abschmecken: mit einem sauberen Löffel eine kleine Portion der Speise entnehmen und auf einen 2. Löffel geben, mit dem probiert werden kann</li><li>- Nach jedem Arbeitsgang Arbeitsflächen abwischen</li><li>- Mülltrennung: Papier, Kunststoffe + Verpackungen, Restmüll, Kompost</li><li>- Spülvorgang erklären: in eine Schüssel warmes Wasser laufen lassen, einen kleinen Klecks Spülmittel auf den Schwamm, Geschirr und Besteck abwischen und unter klarem Wasser abwaschen</li></ul> <p>Kochvorgang:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Rezept erst ganz durchlesen!</li><li>- Die Kinder möglichst in Eigenregie kochen lassen! Auf das Rezept verweisen bei Fragen, eingreifen bei Problemen, mithelfen bei zeitaufwändigen Aufgaben, vormachen wenn nötig</li><li>- Im Prozess Handgriffe erklären:<ul style="list-style-type: none"><li>- Erklärung besonderer Küchengeräte: z.B. Herd, Waage, Stabmixer, Sparschäler, Kartoffelstampfer</li></ul></li><li>- bestimmte Handgriffe klären oder erklären lassen (z.B. Zwiebel schneiden / Krallengriff / vom Körper wegschneiden / zu schneidende Lebensmittel standfest hinlegen / Eiweiß vom Eigelb trennen)</li><li>- Utensilien griffbereit neben sich legen<ul style="list-style-type: none"><li>- Besonderheiten erklären: z.B. Maßeinheiten: TL, EL, ½, ¾, Umrechnungen von ml in l und g in kg</li></ul></li><li>- spätestens nach jedem Rezept die Kinder aufräumen lassen: Werkzeug und nicht aufgebrauchte Lebensmittel zurück in die Küche, Müll entsorgen, wenn möglich, große Utensilien abwaschen lassen (Geschirr und Besteck in die Spülmaschine)</li><li>- Gruppen, die schon früher als andere fertig sind, können den Tisch decken.</li></ul>	
	<p>Gemeinsames Essen: Beide Gruppen essen gemeinsam. Anschließend/zuvor werden die Erkenntnisse aus dem Kurs zusammengetragen: → Bezug zum gekochten Essen herstellen</p> <p><i>Zur Begrüßung wurde gesagt, dass wir euch zu Löffelhelden für das Klima ausbilden. Warum ist denn das Menü, das ihr heute gekocht habt, klimafreundlich? War es überhaupt klimafreundlich?</i></p> <p>Löffelhelden brauchen Zeit und Energie (CO<sub>2</sub>-Ausstoß von Lebensmitteln, blauer Stern). <i>Gab es heute Fleisch? Warum haben Fleisch, aber auch Milchprodukte wie Käse einen hohen CO<sub>2</sub> Ausstoß? Warum hat der Apfel aus der Region einen niedrigen CO<sub>2</sub> Ausstoß?</i></p>	



	<p>Sterneköche brauchen Jahreszeiten (Regionale und saisonale Ernährung, gelber Stern)  <i>Was habt ihr heute an frischem Obst und Gemüse gebraucht? Wächst das zurzeit hier in Deutschland oder wird es von weither hierhin transportiert? Was hat der Transportweg mit dem Klima zu tun?</i>  <i>Warum ist es gut oder nicht gut, Erdbeeren im Winter zu kaufen? (solche Fragen abhängig machen von dem tatsächlichen gekochten Essen und Bezügen zur Jahreszeit)</i></p> <p>Löffelhelden erkennen Bio (Biosiegel, grüner Stern)  <i>Habt ihr euch die Lebensmittel genauer angeschaut? Waren es besondere oder normal hergestellte Lebensmittel?</i>  <i>Habt ihr ein Biosiegel gesehen? Wie sah das Siegel aus?</i></p> <p>Löffelhelden lieben „unverpackt“. (Verpackungen von Lebensmitteln, oranger Stern)  <i>Wie waren die Lebensmittel verpackt? War die Verpackung gut oder nicht so gut für das Klima? Denkt noch einmal an das Memory-Spiel (konkret Beispiele nennen bzw. die leeren/geleerten Packungen bei der Besprechung).</i></p> <p>Ernährungspyramide (roter Stern)  <i>Wisst ihr noch den Satz von der Ernährungspyramide? Was bedeuteten die Farben Grün, Gelb, Rot? Von dem, was im roten Bereich ist, soll man nur wenig essen. Im gelben Bereich darf man schon ein bisschen mehr essen und im grünen Bereich, darf man viel essen, damit man gesund und fit bleibt.</i>  <i>Von Obst und Gemüse soll man viel essen, das ist gesund. Warum ist das auch für das Klima gut?</i>  <i>Antwort: Obst und Gemüse haben nur einen geringen CO<sub>2</sub>-Ausstoß.</i></p>	
	<p>Zusammen wird aufgeräumt: Die Kinder räumen ihre Teller, Besteck, Gläser und Schüsseln weg</p>	
	<p>Verabschiedung</p>	
	<p>Nachbereitung:          – angebrochene Lebensmittel ausschließlich in beschrifteten Sterneköche-Boxen und dem beschrifteten Sterneköche-Kühlschrank zur Aufbewahrung verstauen,          Küche aufräumen und säubern</p>	