



Aanbod KDV/BSO op het gebied van voedsel educatie in de provincie Utrecht schooljaar 2020-2021

Moestuiniëren

Titel	Doelgroep	Omschrijving	Kosten	Aanbieder/regio
Jong Leren Eten moestuin materialen pakket	BSO	Moestuinpakket: een handig, leerzaam en vooral ook leuk pakket om het werken in een moestuin en gezond en jong leren eten te stimuleren.	€ 250,-	IVN Voor meer informatie en bestellen: https://winkel.ivn.nl/jong-leren-eten-pakket.html



				Regio: heel Nederland
Lesmateriaal schooltuin	BSO (kinderen van 7-10 jaar)	Zes lessen die het hele proces van zaaien tot oogsten in de moestuin omvatten. De lessen zijn gelinkt aan de schooltuinfilm 'Een jaar rond met je handen in de grond' van EMS films. De lessen kunnen los gegeven worden of in serie.	€0,-	IVN Voor meer informatie en een gratis download: https://www.ivn.nl/de-schooltuin-een-jaar-rond-met-je-handen-in-de-grond/lesmateriaal-de-schooltuin-een-jaar-rond-met-je-handen-in-de-grond Regio: heel Nederland
Jong Leren Eten moestuin gastlessen pakket	BSO	Gastlessen: drie praktische lessen van een IVN moestuinexpert inclusief diverse materialen zoals zaikalenders, zadenpakket, groentekwartetten en zoekkaarten	€ 450,-	IVN Voor meer informatie en bestellen: https://www.ivn.nl/moestuinlespakket-basisscholen Regio: heel Nederland
IVN moestuinpakket	KDV/BSO	Moestuinmaterialenpakket: alle middelen om van je moestuin een succes te maken! Inhoud: m2 Moestuinbak, IVN zaikalender, 9 soorten zaden, plantenlabels, pootstokje, schepje	€ 88,-	IVN Voor meer informatie en bestellen: https://winkel.ivn.nl/moestuinpakket.html Regio: heel Nederland
KinderMoestuin lespakket	BSO	Met dit KinderMoestuin lespakket wordt de hele keten van zaaien, verzorgen van plantjes, oogsten en koken zichtbaar. Kinderen leren waar het voedsel op hun bord vandaan komt. Kweek met de groep je eigen groenten, kruiden en eetbare bloemen en bereidt daarmee heerlijke gezonde gerechtjes. De bijbehorende recepten zijn heel eenvoudig omschreven en makkelijk te	€ 55,- exclusief verzendkosten à € 6,95	De Kinderkooktuin www.dekinderkooktuin.nl info@dekinderkooktuin.nl Regio: heel Nederland



		bereiden. Je kunt kiezen uit 7 verschillende smaken: Pasta Pesto, Pizza en Hartige Taart, Zoete Koek en Taart, Groenten Friet en Chips met Dip, Soep en Stampot, High Tea met Bloemen en Kruiden, Sushi en Tempura.		
--	--	---	--	--

Koken – Materialen

Titel	Doelgroep	Omschrijving	Kosten	Aanbieder/regio
Smaakspel	Peuters KDV	Smaakspel is een recent ontwikkeld spel, speciaal voor de kinderopvang. Het spel bestaat uit kaarten met afbeeldingen van o.a. levensmiddelen, dieren en planten.	€ 23,60 per spel exclusief verzendkosten	Voedingscentrum Voor meer informatie en bestellen: https://webshop.voedingscentrum.nl/producten/zwanger-en-kind/smaakspel/ Regio: heel Nederland
Training De Gezonde Kinderkookcoach en/of Workshops over Gezond Leren Eten	KDV/BSO; gericht op de medewerkers	De training is voor pedagogische medewerkers om zelf structureel en eenvoudig gezonde kooklessen aan te bieden binnen de kinderopvang. De workshops Gezond Leren Eten zijn voor medewerkers en/of ouders om hen te inspireren om te kiezen voor gezonde voeding. En hoe ze kinderen positief gestimuleerd kunnen worden in hun smaakontwikkeling.	Op aanvraag	Soepa voedingseducatie Julia Waszink www.soepa.nl info@soepa.nl Regio: heel Nederland
Voeding en kind workshops, gastlessen,	Medewerkers KDV/BSO en kinderkooklessen voor de kinderen	Kind & voeding workshops/training, presentaties en of informatieavonden voor ouders en (pedagogisch) medewerkers.	Op aanvraag	Healthy Progress Kids Irene de Swart www.healthyprogress.nl/kinderen



ouderavonden of lezingen. Kinderkooklessen	Ouders	Kinderkooklessen worden op maat gemaakt, afhankelijk van de wensen.		irene@healthyprogress.nl Regio: heel Nederland
Peuterkok	Kinderen 2-4 jaar	Samen eten en samen koken zijn goede ingrediënten voor peuters om de smaak te pakken te krijgen. Op een speelse manier gaan we met de kinderen eten proeven, ruiken, voelen en gaan we kleine gerechten maken.	€50-100 per les excl. BTW (reiskosten afhankelijk van locatie)	KERS Koken ervaren spelen 06-41470824 roos@ervaarkers.nl www.ervaarkers.nl Regio: provincie Utrecht
Workshop Gezonde lunch box	Medewerkers KDV/BSO (eventueel in combinatie met Master Chef)	Samen aan de slag om een gezonde lunch te maken: boekweitpannenkoeken met wortel & besmeerd met rijpe banaan, wrap met zelfgemaakte hummus en een blaadje sla, knabbelgroente en fruitwater met limoen, sinaasappel en munt (90 minuten).	€ 112,50,- exclusief materiaalkosten en reiskosten	Anita van der Noord 06-21816074 voorzitter@kind-en-voeding.nl www.kind-en-voeding.nl Regio: heel Nederland
Workshop Gezond feest vieren	Medewerkers KDV/BSO	Hoe vier je feestjes met een gezonde twist. Aan bod komen verantwoorde traktaties en verrassende hapjes (60 minuten)	€ 75,- exclusief materiaalkosten en reiskosten	Anita van der Noord 06-21816074 voorzitter@kind-en-voeding.nl www.kind-en-voeding.nl Regio: heel Nederland
Kinderworkshop "Feest op je Bord!"	Kinderen 3-5 jaar	Versiertrucs en knutseltips zodat zelfs gezond eten een feestje wordt (60 minuten).	€ 75,- exclusief materiaalkosten en reiskosten	Anita van der Noord 06-21816074 voorzitter@kind-en-voeding.nl www.kind-en-voeding.nl Regio: heel Nederland
Kinderworkshop 'Ontdek alle smaken!'	Kinderen 3-5 jaar	Ervaar alle smaken, ontdek je waar je smaak eigenlijk zit en leer je wat gezond snoepen is (45-60 minuten).	€ 75,- exclusief materiaalkosten en reiskosten	Anita van der Noord 06-21816074 voorzitter@kind-en-voeding.nl www.kind-en-voeding.nl



				Regio: heel Nederland
Kook een Verhaal	Peuters KDV	Tijdens deze kookworkshop leren jonge kinderen aan de hand van een verhaaltje eenvoudig te bereiden, gezonde en seizoensgebonden gerechtjes en ingrediënten proeven.	€ 195,- per uur (inclusief ingrediënten en materialen) exclusief reiskosten € 0,35 p/km	De Kinderkooktuin www.dekinderkooktuin.nl info@dekinderkooktuin.nl Regio: Midden en Zuidwest Nederland
Workshop of kookles met thema op maat door een kinderdietist	Peuters KDV/BSO	De kinderdietist kan workshops of kooklessen verzorgen passend bij diverse leeftijden, aansluitend bij (de doelstellingen van) het project, visie en missie.	€ 75,- per uur	Neem contact op om te informeren naar de diverse mogelijkheden van kinderdietisten. Vind een kinderdietist dichtbij via: www.kinderdietetisten.nl Regio: Utrecht

Excursie – gastles

Titel	Doelgroep	Omschrijving	Kosten	Aanbieder/regio
Lezing Gezonde voeding voor kinderen	Medewerkers KDV/BSO en ouders	Wat is gezond voor kinderen, wat biedt je kinderen aan en hoeveel en welke voedingsmiddelen geef je in beperkte mate (60 minuten). Het aanbod voor ouders wordt in onderling overleg afgestemd	€ 75,- exclusief reiskosten	Anita van der Noord 06-21816074 voorzitter@kind-en-voeding.nl www.kind-en-voeding.nl Regio: heel Nederland
Voorlichting Wat is gezonde voeding + proeverij	Medewerkers KDV/BSO	Wat wordt er verstaan onder gezonde voeding, wat houdt gezonde voeding in en vooral wat is gezonde voeding en wat zijn gezonde voedingsmiddelen (60 minuten).	€ 75,- exclusief materiaalkosten en reiskosten	Anita van der Noord 06-21816074 voorzitter@kind-en-voeding.nl www.kind-en-voeding.nl



				Regio: heel Nederland
Workshop of kookles met thema op maat door een kinderdiëtist	Peuters KDV/ BSO	De kinderdiëtist kan workshops of kooklessen verzorgen passend bij diverse leeftijden, aansluitend bij (de doelstellingen van) het project, visie en missie.	€ 75,- per uur	Neem contact op om te informeren naar de diverse mogelijkheden van kinderdiëtisten. Vind een kinderdiëtist dichtbij via: www.kinderdietetisten.nl
				Regio: Utrecht
Kabouter Katinka kookt! (April, mei, juni, september)	Peuters KDV	Kinderen krijgen kaboutermuts op. Zij gaan in de leer bij kabouter kok Katinka. Samen gaan zij op zoek naar voedsel in het bos. Onderweg vertelt Katinka over wat andere dieren eten. Samen plukken zij kruiden en maken kruidenboter.	€ 75,- voor een les van 1 uur	Groene maatjes Irene van Enckevort 06-13840198 www.groenemaatjes.nl
				Regio: gemeente Houten
Koning winter (januari – maart) Zomerkriebels (april – juni) Eekhoorn en zijn vriendjes (september – november)	Peuters KDV	In de natuur draait het om eten of gegeten worden. De kinderen leren spelenderwijs over voedselkringlopen in de natuur. Hiervoor nemen wij de seizoen natuur mee naar binnen. We laten de kinderen de natuur ontdekken met al hun zintuigen en hun lijf (sensomotorisch). Aanvullend gebruiken we handpoppen om aan te sluiten bij de fantasie en de belevingswereld van de kinderen.	€ 75,- per workshop van 1 uur. Ook als serie van 5 tweewekelijkse workshops te boeken (€ 300,-).	Groene maatjes Irene van Enckevort 06-13840198 www.groenemaatjes.nl Regio: gemeente Houten

