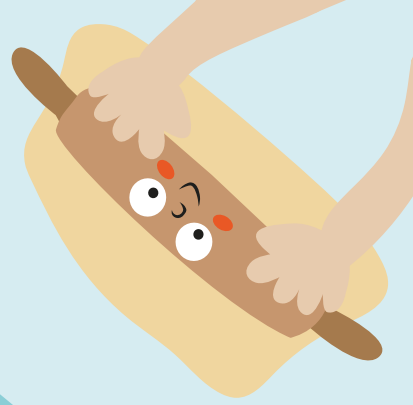
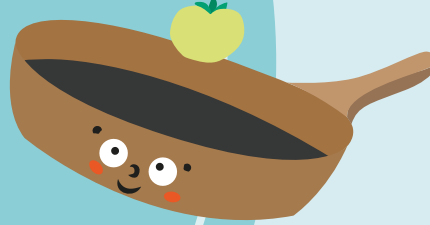


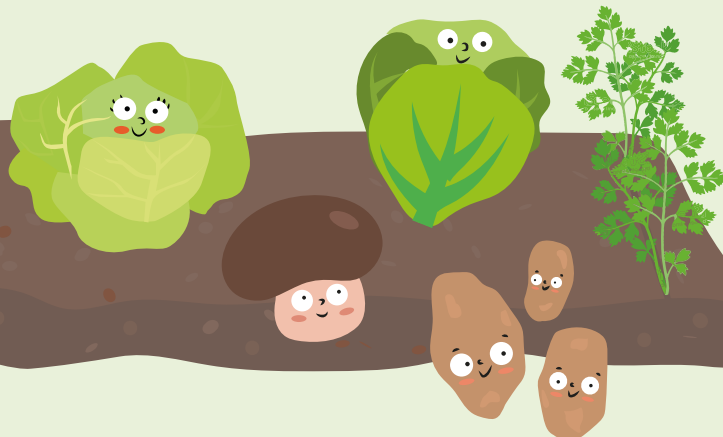
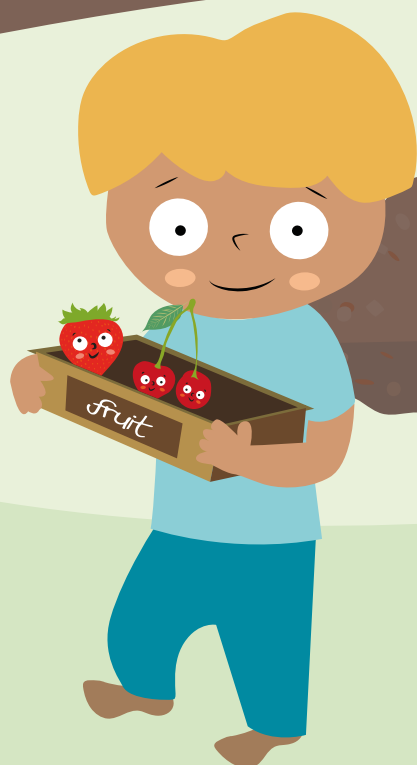


Menu KAART



Gezonde interventies voor de (basis)school,
kinderopvang en buitenschoolse opvang.

Leer smakelijk!



MenuKAart

Deel 2: Koken en Proeven

Koken op de basisschool, kinderopvang of buitenschoolse opvang? Deze menukaart van Jong Leren Eten en NME Zeeland helpt je graag op weg! Aan de hand van interventies, gesorteerd op lesmaterialen, lespakketten, handleidingen en gastlessen, vind jij jouw weg in jouw kook- en proef-avontuur!



Soort & omschrijving



Lespakket 'wintergroenten'

Maak kennis met groenten, die vroeger alleen in het herfst-en winterseizoen beschikbaar waren. Met kookopdrachten gaan leerlingen aan de slag met verse wintergroenten zoals rode bieten, prei, boerenkool, wortelen, spruitjes, knolselderij, uien en aardappelen.

Groep 1 t/m 8



Leskist 'De kracht van kruiden'

Naast dat kruiden lekker ruiken en smaken, zijn ze ook heel gezond. Deze leskist bevat leuke opdrachten en recepten over en met kruiden.

Groep 5 t/m 8



Leskist 'Champignons'

Wat zijn champignons eigenlijk? Hoe groeien ze? En zijn alle soorten eetbaar? Deze leskist bevat leuke opdrachten en recepten over en met champignons.

Groep 5 en 6



Leskist 'Alles voor een pannenkoek'

Aan de hand van het boek 'Alles voor een Pannenkoek' ontdekken kinderen welke ingrediënten nodig zijn voor het bakken van een pannenkoek en waar die ingrediënten vandaan komen. Daarna gaan ze zelf aan de slag.

Groep 1 t/m 3



Leskist 'Steensoep'

Dit lespakket draait om het verhaal van de steensoep. De avontuurlijke insteek, samen je eigen soep klaarmaken en buiten koken boven een vuurtje is een unieke belevenis.

Groep 3 t/m 8



Gastles 'Smaaklessen / Kok in de Klas'

Met koks door heel Nederland enthousiasmeren we kinderen voor het koksvak en laten hen zien hoe makkelijk een gezonde maaltijd te maken is. De aftrap vindt jaarlijks plaats met een leuk evenement waarbij zoveel mogelijk leerlingen een kookles van een echte kok krijgen.

Groep 7 en 8



weet wat je eet

Hét lespakket over gezond, veilig en duurzaam eten. Wat is nou gezond eten? En hoe eet je ook goed voor het milieu?

VO



Soort & omschrijving



Lesmap 'Smaakplezier op de BSO'

Smaakplezier op de BSO is een lesmap boordevol smakelijke activiteiten. De lesmap bestaat uit 100 activiteiten. Met 'doe-kaarten' kunnen kinderen zelf aan de slag.

BSO



Digitaal lesmateriaal 'Koken met kinderen bij de Kinderopvang (1-4 jaar)'

Samen koken met kinderen is een onvergetelijke ervaring. In dit lesmateriaal vind je een aantal leuke kookactiviteiten die jouw locatie kan organiseren voor de allerkleinsten.

Kinderopvang



Digitaal lesmateriaal 'Koken met kinderen (4-12 jaar)'

In dit lesmateriaal vind je een aantal superleuke kookactiviteiten die je voor je groep of BSO kan organiseren.

Kinderopvang en BSO



Digitaal lesmateriaal 'Lespakket Spreads van Colette'

Met verschillende recepten leren de kinderen spreads zelf maken. De groentespreads zijn ecologisch, overheerlijk en gemaakt van lokale seizoensgroentjes.

BSO en Groep 3 t/m 8



Boek 'Koken op de basisschool'

Een kookboek met een kleine veertig recepten van soepen tot hartige en zoete gerechtjes voor kinderen van 10 jaar en ouder.

Groep 5 t/m 8



Superchefs

SuperChefs is een serie van acht wekelijkse kookworkshops voor kinderen van 10-12 jaar. Ze ontdekken hoe gezond, lekker en gemakkelijk koken kan zijn. De jonge koks leren hoe ze zelf een gezonde maaltijd kunnen klaarmaken en iets voor tussendoor. Het programma is een verdieping van Smaaklessen en ook geschikt voor de bso.

Groep 7 en 8



Speedy bites boxen

Gezonde en snelle hapjes tijdens evenementen. Voorzie met groot gemak grote aantallen kinderen van een laagdrempelige en leerzame activiteit door het maken en proeven Speedy Bites. Betreft ook de ouders. Geschikt voor sport- school- en wijkevenementen. Uit te voeren door iedereen die met kinderen werkt

PO, VO en Kinderopvang



Soort & omschrijving



Fruit & Veggies challenge

De Fruit & Veggies Challenge van EU-Schoolfruit leert leerlingen over de gezondheidsvoordelen, herkomst, duurzaamheid en smaak van fruit en groente. Het lespakket bevat verdiepingsopdrachten, waaronder twee kookopdrachten: een fruitsalade bij 'Watermeloenspektakel' en een appelsnack bij 'Appel schieten'.

Groep 1 t/m 8



Krachtvoer

Krachtvoer is een lesprogramma voor leerlingen van de vmbo-onderbouw. In Krachtvoer draait het voor leerlingen om actief bezig zijn met hun eigen voeding. De werkvormen van het lesprogramma sluiten hierop aan. In een van de keuzemodules kunnen de leerlingen aan de slag gaan met het bereiden van een gezond recept.

**VMBO
onderbouw**



Spoony

Met Spoony wordt groenten eten en ontdekken op de buitenschoolse opvang een feestje! Spoony biedt kant-en-klare producten én vrolijke groenten activiteiten.

**Kinderopvang
en BSO**



De droogoven

Aan de slag met de droogoven voor het drogen van allerlei soorten fruit, groenten en kruiden (uit de schooltuin) en het maken van groente en fruitleer. In de handleiding staan tips en suggesties.

**Groep 1 t/m 8
kinderopvang,
BSO**



Menu KAART

Gezonde interventies voor de (basis)school,
kinderopvang en buitenschoolse opvang.
Leer smakelijk!

Neem contact op met een VAN
onze makelaars! 

én volg ons op Social media



**JONG
LEREN
ETEN**

zeeland