

# Wraps, Sticks, Obst und Gemüse

*Das Schul-Frühstück beweist's: Gesund kann mega lecker sein*

Von Helga El-Kothany

**NORDHEIM** Eine Woche lang herrscht ab halb acht in der Küche der Kurt-von-Marval-Schule emsiges Treiben. Rund zehn gut gelaunte Schülermuttis und -papas schnip-peln, schneiden, belegen, machen Spießchen... Es duftet nach würzi-gen Körnerbrötchen, knackigem Gemüse und frischem Obst – und das alles für ein gesundes Frühstück, das sie täglich für zwei Klas-senstufen herrichten, je eine aus der Grundschule und eine aus der Ge-meinschaftsschule.

**Erdbeeren** „Heute gibt es zum ersten Mal Erdbeeren“, sagt Schulsozi-alarbeiterin Paula Friederich, die Initiatorin der Aktion, die in diesem Jahr auch schon im Januar stattfand. Als Sponsor und Kooperationspart-ner hatte die AOK Heilbronn-Fran-

ken im vergangenen Jahr interes-sierte Eltern im Vorfeld zu einer Info-Veranstaltung über gesunde Er-nährung, Hygiene in der Küche und verwandte Themen eingeladen. Ein weiterer Sponsor ist die Bürgerstif-tung Nordheim, sodass das Frühstück kostenlos angeboten werden kann. Kleine Spenden werden je-doch gern angenommen.

Eine Mutter holt jeden Morgen die Vollkornbrötchen aus der Bäckerei Hoffmann ab. Selbstvermark-ter Roland Plieninger bringt Obst und Gemüse zur Schule. Natürlich erhalten Schüler mit Unverträglich-keiten oder Allergien die für sie ge-eigneten Lebensmittel.

Das Feedback ist positiv, und Paula Friederich und ihre Kollegin Franziska Kramhöller machen immer wieder interessante Beobach-tungen. Da gibt es Schüler, die zu-erst nichts essen wollen, dann aber

von Klassenkameraden mitgerissen werden. In Gesellschaft schmeckt's einfach gut. An einem Tisch mit acht Siebtklässlern, von denen einige zu Hause kaum etwas oder gar nichts frühstücken, sind die Teller rand-voll: Frischkäsebrötchen, Melonen-scheiben, Gemüsewraps, Mozarellaspießchen. Beim Frühstück im Ja-nuar hätten sie vier, manche sogar fünf Teller geschafft, erzählen sie stolz. Anderen reicht Joghurt mit Obst, getoppt mit Kokosraspeln oder Sesamkörnern.

„Es ist jeden Tag spannend zu se-hen, was und wie viel gegessen wird“, sagt Franziska Kramhöller. Manchmal müssten Brötchen nach-gekauft werden. Für eine Schülerin ist Pumpernickel neu: „Das soll mei-ne Mutter auch mal kaufen.“ Was von den Anregungen daheim umge-setzt wird – Vollkorn statt Weiß-mehl, Frischkäse statt Butter –, wis-sen sie nicht. Sie können nur hoffen, dass einiges übernommen wird.

Glücklich wären sie, wenn das Projekt dank Sponsoren weiterhin durchgeführt werden könnte. Dank-bar sind sie für die Hilfe durch El-tern und das Mensa-Team. Schullei-ter Florian Bühler begrüßt das Pro-jekt und hofft auf häusliche Nachah-mung. Von den Eltern der Grund-schüler wisse er, dass sie ein sehr gutes Frühstück mitgeben – worauf die Lehrer auch ein Auge hätten: we-nig Kohlehydrate, wenig Fett, viele Vitamine und Ballaststoffe.

Ganz wichtig ist den Organisato-rinnen: Weggeworfen wird nichts. Was übrig bleibt, wandert ins Leh-razimmer. „Für die Kollegen sind das an einem langen Schultag will-kommene Snacks.“



Auch Initiatorin Paula Friederich kann dem bunten und leckeren Frühstück nicht widerstehen.

Foto: Helga El-Kothany