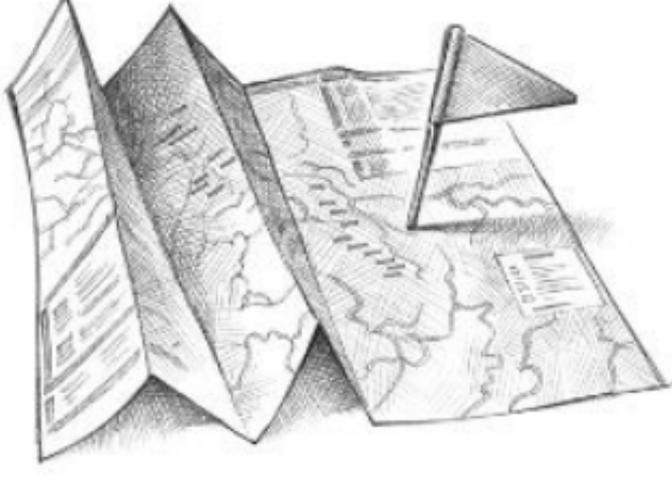


# Pizza und Pasta ade



Von **Andreas Ostermeier**

**P**izza, Pasta, Pommes: Diese Trias von Gerichten schmeckt Kindern immer. Und deshalb bekommen sie das auch oft auf den Teller. Danach noch ein Eis oder eine andere Süßigkeit – fertig ist das Mittagsmenü. Doch die drei „Ps“ und ähnliche Produkte stehen nicht für ausgewogene Ernährung, enthalten meist zu viele Kohlehydrate, Fett, Salz und Zucker.

Dass Buben und Mädchen auch etwas anderes mögen oder lernen können, anderes zu mögen, will die AOK zeigen. Aus diesem Grund hat die Krankenkasse das Ernährungsprogramm „Iss dich clever“ entwickelt. Das probieren 104 Schülerinnen und Schüler an der Grundschule an der Kirchenstraße in Germering aus. Unterstützt von Ernährungsexpertinnen sollen Zweitklässler „auf Entdeckungsreise in die Welt der gesunden Ernährung“ gehen, wünscht sich AOK-Direktor Maximilian Georg. Im Unterricht geht es erst einmal um die Ernährungspyramide und gesunde Nahrungsmittel. Dann wird es praktisch: Die Kinder unterzogen Lebensmittel einem Geruchs- und Geschmackstest, stellten Butter und Käse her und bereiteten zuckerfreies Apfelmus zu, heißt es in der Pressemeldung der AOK. Sie probieren saisonales Gemüse und lernen, den Zuckergehalt von Produkten wie Ketchup oder Schokocreme einzuschätzen – also von Fertigkost, die gern zu oder nach Pizza, Pommes und Pasta verzehrt wird.



*„Iss dich clever“: An der Kirchenschule in Germering sollen Kinder ihre Liebe zum Gemüse entdecken.* FOTO: DIRK TACKE

Daraus ergeben sich bestimmt Fragen an die Eltern, erst recht, wenn die wissen möchten, was im Unterricht drangekommen ist. Damit die Eltern solche Fragen beantworten und praktische Konsequenzen ziehen können, bietet ihnen das Projekt „Iss dich clever“ Kochkurse an. In denen lernen sie, wie ihre Töchter und Söhne, die Grundlagen für die Zubereitung schmackhafter, vegetarischer und regionaler Gerichte, die sich „einfach in den Familienalltag integrieren lassen“. So lautet zumindest das Versprechen der AOK. Die Grundschule an der Kirchenstraße ist momentan also auch eine Kochschule für Groß und Klein. Schülerinnen und Schüler sowie deren Eltern sollen sich ausgewogen ernähren, denn das mache fit und gesund, sagt die AOK. Und das ist wichtig, schon mit Blick auf die nähere Zukunft, denn der Neubau der Schule wird allen Beteiligten einiges abverlangen.