



Menu KAART

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

Leer smakelijk!

JONG
LEREN
ETEN

Zeeland

MenuKAart

Deel 1: Moestuiniëren

Moestuiniëren 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 hun soort lesmaterialen, lespakketten, handleidingen en gastlessen, vind jij jouw weg in jouw moestuin-avontuur!

Jong Leren Eten Zeeland biedt met deze menukaart een overzicht van interventies aan van NME Zeeland, IMV, Velt en andere partners. Per interventie vind je een omschrijving, aanbieder, doelgroep, prijs en informatie. Voor verdere informatie of een aanvraag ga je naar de betreffende website.



Soort & omschrijving



Lesmateriaal 'Seizoenskalender'

In welk seizoen zijn de eerste aardbeien rijp? Welke fruitsoort heeft het zachtste velletje? En waarom kun je het hele jaar door wortels eten en tomaten het beste in de zomer en herfst?

Groep 1 t/m 8



Lesmateriaal '(On)kruiden'

In dit lessenpakket duik je in de wereld van wilde (on)kruiden. Leer het madeliefje, de paardebloem en de brandnetel van dichtbij kennen en ontdek de schoonheid en het nut van deze (on)kruiden.

Groep 2 en 3



Lesmateriaal 'Tips van Toos'

Toos, de IVN Moestuin-expert, deelt de leukste tips voor moestuinieren met kinderen. Houd haar pagina in de gaten, want gedurende het moestuin-seizoen deelt IVN hier verschillende leuke tips.

Groep 1 t/m 8



Lesmateriaal 'Smaakmissie Moestuin'

In deze Smaakmissie ontdekken leerlingen, samen met de (digitale) tuinvrouw, van alles over de moestuin.

Groep 1 t/m 4



Lesmateriaal 'Moestuininstructiekaarten'

Deze moestuininstructiekaarten geven voor groenten en bloemen, die gemakkelijk te telen zijn op schooltuinen, een korte en structurele manier uitleg.

Groep 1 t/m 8



Lesmateriaal 'Moestuin-kaarten'

Weten de kinderen genoeg van moestuinieren om alle vragen te beantwoorden? Met deze moestuin-kaarten lukt het!

Groep 1 t/m 8



Lesmateriaal 'Praatplaten'

Met deze acht praatplaten kunnen begeleiders en leerkrachten verdieping geven aan hun lessen. De praatplaten geven inzicht in verschillende thema's.

Groep 6 t/m 8



Verticale moestuin

Leer moestuinieren met Suus, je eigen verticale moestuin op wielen.

Groep 1 t/m 8



Soort & omschrijving



Lespakket 'De schooltuin: een jaar rond met je handen in de grond'

Dit lespakket bestaat uit zes lessen die het hele proces van zaaien tot oogsten omvatten en ook ingaan op het belang van bodem en dieren in de moestuin.

Groep 4 t/m 6



Lespakket 'Zilte groenten'

Leren de kinderen meer over zilte groenten en hoe je die verbouwt.

Groep 5 t/m 8



Lespakket 'Bijt - onderzoekend leren met kiemgroenten'

Kiemgroenten zijn gezond, groeien snel en zijn daarom ideaal om in groep 3 een start te maken met onderzoekend leren. In groep 4 wordt het groei- en kiemingsproces bekeken en gesmuld van de groente. In groep 5 worden groeibodems onderzocht en recepten gemaakt.

Groep 3 t/m 5



Ontdekkend Tuinieren

Samen met de leerlingen gaan we op een culinair avontuur! Wat staat er op het menu: heerlijke soep, smakelijke stampot of verfrissende pastasalade? We kiezen een gerecht waarvoor we onze eigen groenten gaan verbouwen in de schooltuin. Tijdens deze lessen worden de leerlingen niet alleen tuiniers, maar gaan ze ook op ontdekkingstocht.

Groep 5 en 6



De grote pieperles

De praktijkwijzer 'De grote pieperles' is een praktische pieperles voor kinderen op de basisschool. Leerkrachten kunnen direct aan de slag met schooltuinieren, ook als er (nog) geen schooltuin aanwezig is. Piepers kun je namelijk al kweken in een zak met potgrond!

Groep 5 t/m 8



Handleiding 'Seizoensgroenten met Pim pompoen'

De seizoenskalender leert de leerlingen welke groenten geogst of bewaard worden in welk seizoen. Want als we kiezen voor seizoensgroenten, en dat zijn er heel wat, kunnen we letterlijk proeven van de seizoenen!

Groep 5 t/m 8



Soort & omschrijving



Handleiding 'Een schoolmoestuin starten'

De schoolmoestuin is dé plek voor nieuwe ervaringen en belevingen. Kriebelt het om er aan te beginnen? Velt biedt je graag een houvast voor de opstart van jouw schoolmoestuin!

Groep 1 t/m 8



Gastles van een moestuincoach!

Hulp nodig? De moestuincoaches zijn in te zetten voor moestuinieren op school, gastlessen en voor een bezoek aan een moestuin.

Groep 1 t/m 8



Handleiding 'Rekenhandleiding per gewas'

De schooltuin is een rijke omgeving waar leerlingen op een nieuwe manier (schooltuin) rekenen. Deze rekenhandleiding ondersteunt aan de hand van opdrachten.

Groep 7 en 8



Handleiding 'Minimoestuin op school'

Wil je graag tuinieren met je leerlingen, maar heb je geen tot weinig plaats? Dan is tuinieren in een minimoestuin de oplossing. Hoe je dat doet lees je in deze handleiding.

Groep 1 t/m 8



E-learning schooltuinieren

Deze online cursus is geschikt voor leerkrachten en ouders die aan de slag willen met moestuinieren op school. Je leert hoe je laagdrempelige kan starten met schooltuinieren.

ondersteuners



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'

Nast 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**

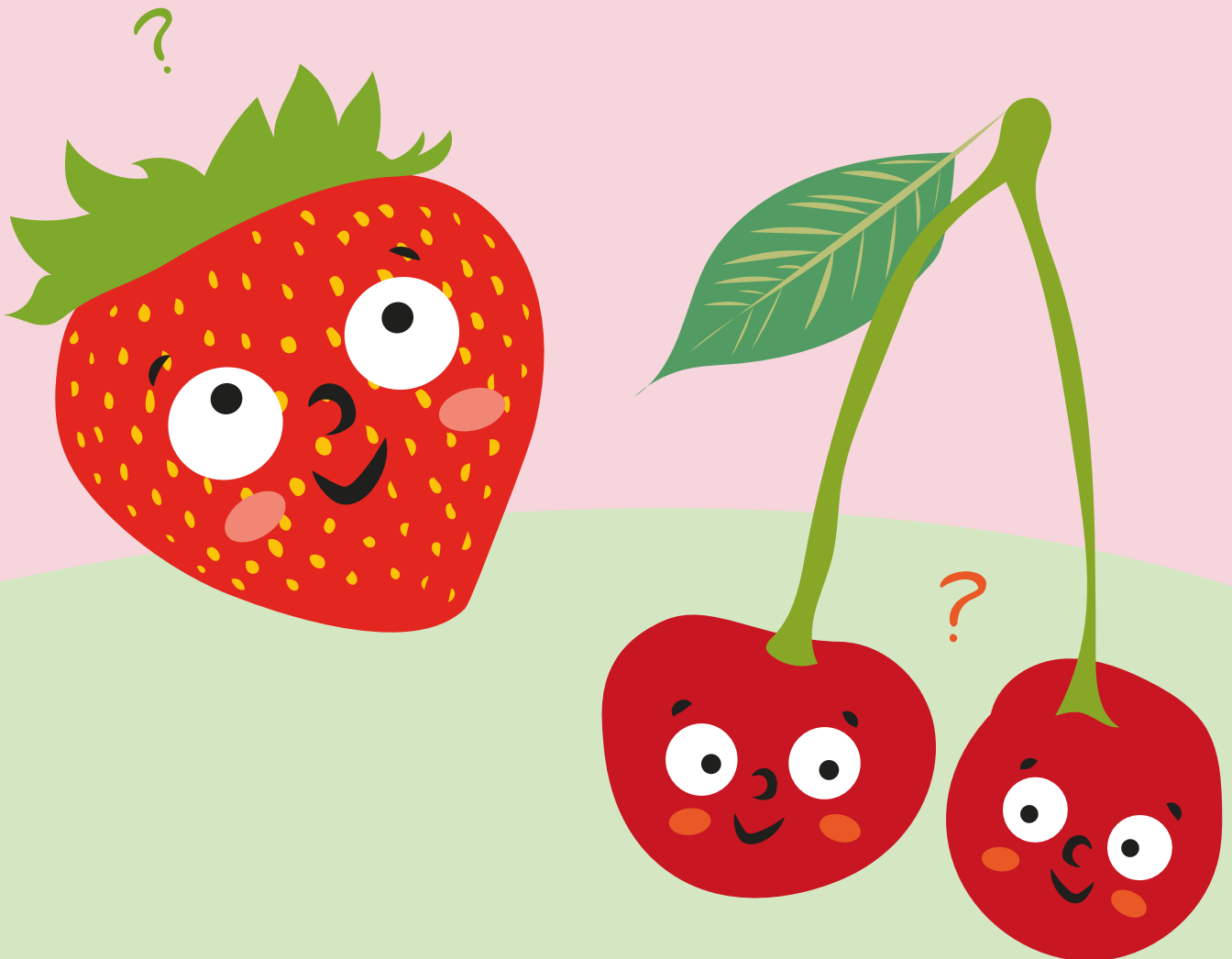


MenuKAart

Deel 3: NieuwSGierig nAAR Voedsel

Aan de slag met voeding 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.

Jong Leren Eten Zeeland biedt met deze menukaart een overzicht van interventies aan van NME Zeeland, Smaaklessen en MN. Per interventie vind je een omschrijving en aanbieder. Voor verdere informatie of aanvraag ga je naar de betreffende website.



Soort & omschrijving



Mini-voedselbos op het schoolplein

Een voedselbosje voor op het schoolplein beslaat 25 tot 30 vierkante meter en staat helemaal vol geplant met (grooten-deels) eetbare planten. Van kersenboom tot colakruid en van bramenstruik tot citroenmelisse.

**Groep 1 t/m 8
Kinderopvang**



Leskist 'Smaaklessen'

Door te proeven, ruiken, voelen, horen en kijken leren kinderen spelenderwijs over eten. Nieuwsgierigheid naar gezond en duurzaam eten wordt opgewekt in deze leskist.

Groep 1 t/m 8



Lespakket 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



Leskist 'Voedselverspilling'

We verspillen ongeveer een derde van ons voedsel. Hoe komt dat? Wat verspillen we en wie verspillen er? Waarom is het belangrijk dit tegen te gaan? Met behulp van dit lespakket leren leerlingen alles over voedselverspilling. Het maakt ze er van bewust dat voedselverspilling in onze samenleving helaas vaak vanzelfsprekend is.

Groep 4 t/m 8



Smaakmissie Avontuurlijke Eiwitten

In de Smaakmissie Avontuurlijke Eiwitten gaan leerlingen samen met Foodtruckhouder Ella op zoek naar avontuurlijke eiwitten.

Groep 7 en 8



Leskist 'Sam de waterman'

Water drinken is normaal en lekker! Het project Sam de Waterman heeft als doel kinderen op een speelse manier te stimuleren om water te drinken. Centraal in dit project staat het Sam-voorleesboek. Een aantal keer per week drinken jullie klassikaal water. Zo ontstaat er een ritueel!

Groep 1 en 2



Online lesmodules 'Smaakmissies'

Met interactieve lesmodules leren kinderen zowel binnen als buiten van alles over de herkomst van hun eten. Er zijn twaalf online smaakmissies beschikbaar.

Groep 7 en 8



Soort & omschrijving



Wierenleskist

Kom alles te weten over bijzondere oeralgen, kinderen leren over de oorsprong en de smaak van zeewieren.

Groep 4 t/m 8



Doen op het fruitteeltbedrijf

Kom ervaren wat de fruitteelt is. Niet op afstand, maar er middenin! Onderzoek doen, een workshop of excursie volgen, er is van alles te doen op het fruitteeltbedrijf.

Groep 1 t/m 8



Bram en de toverspiegel

Kinderen krijgen op een op een fantasierijke en kinderlijke manier kennis van de werking van vitamines, gezond en ongezond eten. Een prentenboek en diverse lesmaterialen over gezonde voeding, dat vind je bij Studio Groot!

Groep 1 en 2

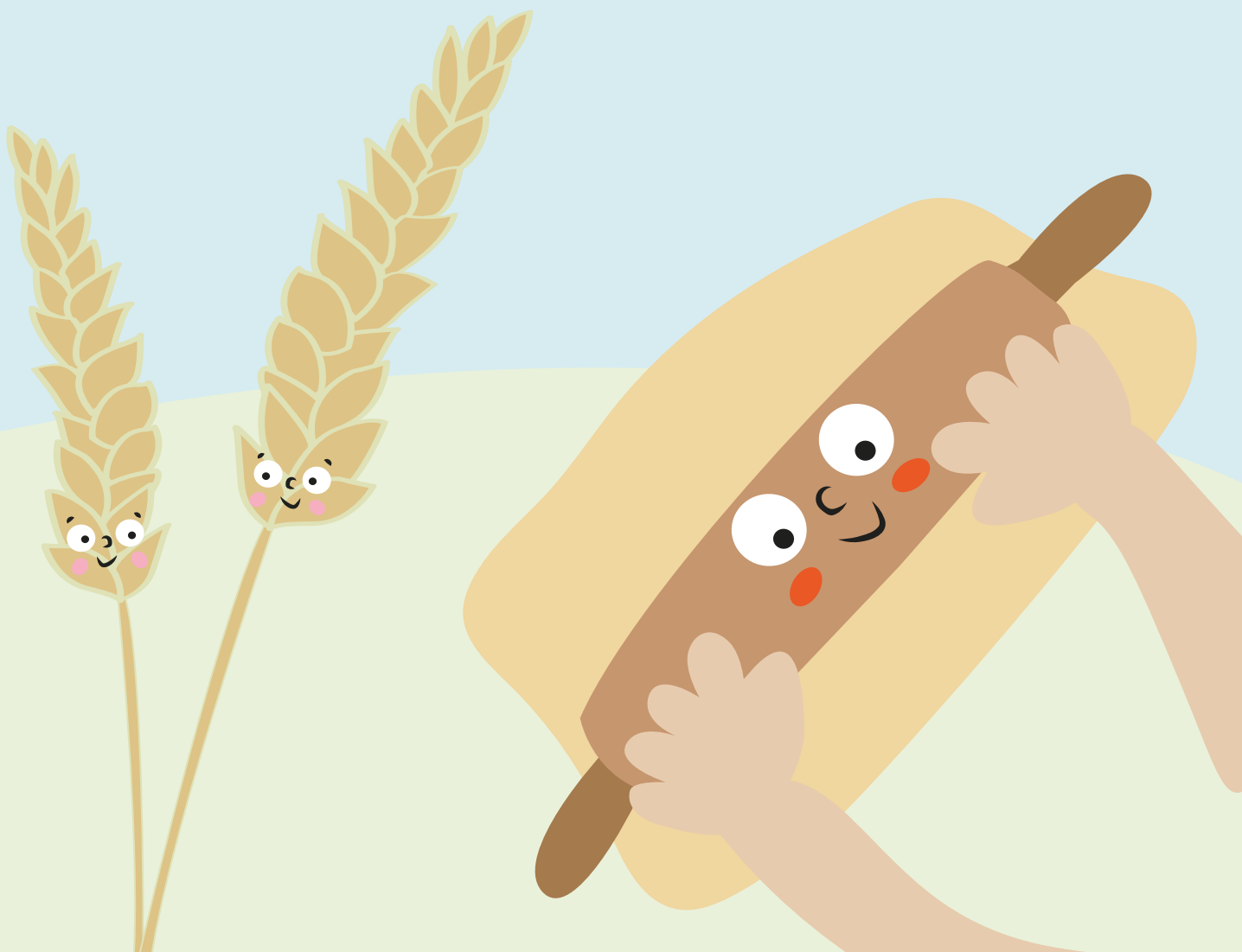


MenuKAart

Deel 4: Stimuleringsregelingen en Beleid

(Financiële) ondersteuning, beleid en/of tips nodig 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 vind je jouw weg naar een gezond en duurzaam voedselbeleid! Jong Leren Eten Zeeland biedt met deze menukaart een overzicht van interventies aan van Rijk Zwaan, de Gezonde school, EU schoolfruit en andere partners.

Per interventie vind je een omschrijving en aanbieder. Voor verdere informatie of aanvraag ga je naar de betreffende website.



Soort & omschrijving

Ondersteuning voor



EU-Schoolfruit

EU-Schoolfruit stimuleert kinderen samen in de klas fruit en groente te eten. Deelnemende basisscholen ontvangen twintig weken lang iedere week drie porties groente en fruit voor alle leerlingen.

Groente en fruit in de klas



Rijk Zwaan moestuinzadenpakket

Dit pakket bestaat uit tien zakjes met groentezaden voor onder meer: sla, radijs, tomaat, wortel en rode biet.

Moestuinzaden



Stimuleringsregeling lekker naar buiten

Een bijdrage voor: moestuinieren, koken, een excursie of een gastles op het gebied van gezonde voeding. Per schoollocatie en kinderopvang kan maximaal € 2.000 aangevraagd worden.

Voeding gerelateerde activiteiten in het onderwijs



Nationale Schoolontbijt

Een gezond ontbijt en een leuke les over de beste start van de dag. Kinderen leren op een feestelijke manier hoe belangrijk het is om elke dag gezond te ontbijten.

Schoolontbijt



Kraanwaterdag

Aan de hand van een korte aantrekkelijke les ontdekken kinderen van groep 1 t/m 8 waarom kraanwater een gezonde en duurzame keuze is. Scholen en BSO's die zich inschrijven ontvangen gratis educatieve materialen.

Water drinken



Gezonde school

Gezonde School is een programma dat onderwijsprofessionals helpt om een gezonde leefstijl op school vanzelfsprekend te maken.

Gezonde school



Gezonde kinderopvang

Een bron van kennis, tips en praktische handvatten, samengesteld met deskundige partners.

Gezonde kinderopvang



Wie jarig is viert feest

Deze campagne is bedoeld om scholen, kinderdagverblijven en BSO's uitnodigen om hun traktatiebeleid om te zetten in een feestbeleid.

Gezonde school



MenuKAart

Deel 5: Helpende HANDJES

Helpende handjes nodig op de basisschool, kinderopvang of buitenschoolse opvang? Deze menukaart van Jong Leren Zeeland geeft je graag een overzicht van de helpende handjes in Zeeland: Zeeuwse Klasseboeren, voedingsdeskundigen, koks en moestuincoaches.

De helpende handjes staan gerangschikt per thema. Voor verdere informatie of aanvraag neem je direct contact op met de betreffende persoon.



Klasseboeren



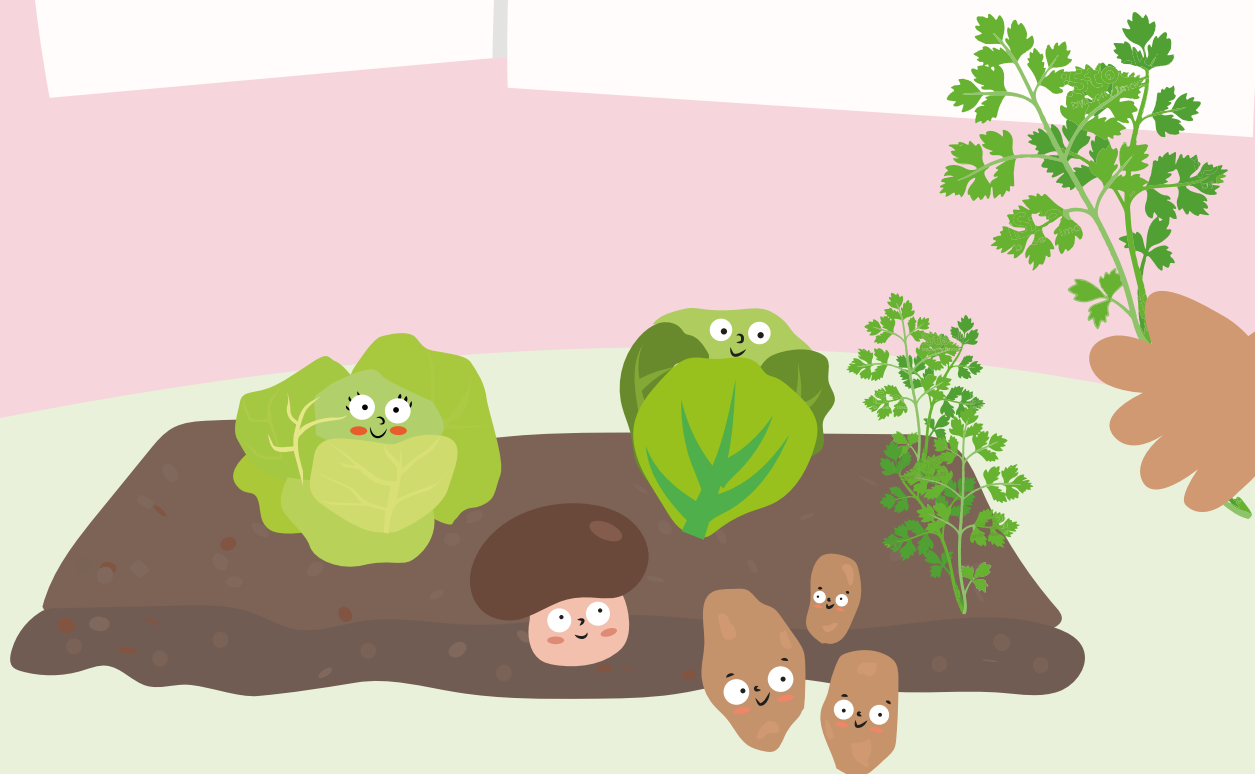
Moestuincoaches



Koks



Voedingsdeskundigen en (gast)docenten
gezonde en duurzame voeding



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