



«NACHHALTIGE UND AUSGEWOGENE VERPFLEGUNG»

Sie verstehen die Hintergründe einer nachhaltigen Ernährung und planen mit praktischen Tipps und Instrumenten ausgewogenen, abwechslungsreichen und nachhaltigen Mahlzeiten. Sie erhalten Tipps für einen verantwortungsvollen Einkauf sowie für die Planung und Umsetzung ausgewogener Menüpläne. Am eigenen Menüplan überprüfen Sie die Herkunft der Lebensmittel, das Angebot bezüglich Ernährungsempfehlungen und entwickeln Ideen, um Massnahmen zur Verbesserung einer ganzheitlichen Ernährung schrittweise im Betrieb umzusetzen. Sie sehen sich in der Verantwortung, Lebensmittelverschwendung zu vermindern.

Inhalt

- Wann ist eine Ernährung nachhaltig? Welche praktischen Tipps und Instrumente haben sich bewährt, um nachhaltige und ausgewogene Menüs zu planen und zu zubereiten?
- Foodwaste vermeiden: Wie lagern wir Lebensmittel sachgerecht? Wie können Resten vielseitig verwertet werden?
- Austausch: Was sind die Erfahrungen der Kursteilnehmenden in den Bereichen Menüplanung, Einkauf, Zubereitung und Wiederverwertung?

Kursleitung

Clara Helfenstein, Fachlehrperson Ernährung und Hauswirtschaft, BBZN Schüpfheim

Zielpublikum

Küchenverantwortliche von Kindertagesstätten, schulergänzende Betreuung, Mensen und Tagesfamilien aus dem Kanton Luzern

Kursort

BBZ Natur und Ernährung Sursee, Centralstr. 21, 6210 Sursee

Datum/Zeit

Dienstag, 14. Mai 2024 – 18.00 bis 21.00 Uhr

Kosten

CHF 30.- per Person

Mitnehmen

2 bis 4 Wochenmenüpläne. Wir arbeiten am Kurs damit.

Anmeldung

bis Donnerstag, 2. Mai 2024, BBZ Natur und Ernährung Schüpfheim, Tel. 041 485 88 00 oder landwirtschaft-schuepfheim.bbzn@edulu.ch. Bitte **Name, Vorname, Adresse, Mail, Telefon und Institution** angeben. Nach dem Anmeldeschluss erhalten Sie weitere Informationen zur Kursdurchführung.