

# DIE HUNGER-AMPEL



WIE HUNGRIG BIN ICH HEUTE?

Ich bin  
sehr  
hungrig!



BÄREN-PORTION

Ich bin ziemlich  
hungrig!



FUCHS-PORTION

Ich bin  
nicht sehr  
hungrig



AMEISEN-PORTION

## ZIELE

- DIE KINDER ZU ERMUTIGEN, DEM APPETIT ENTSPRECHEND ZU ESSEN, WOBEI STETS EINE MINDEST- UND EINE HÖCHSTMENGE ZU BERÜCKSICHTIGEN IST, UM EINE ANGEMESSENE ERNÄHRUNG SICHERZUSTELLEN.
- ÜBER EINEN CODE KÖNNEN DIE KINDER DIE GEWÜNSCHTE ESSENMENGE AUF ACHTSAME UND VERSTÄNDLICHE WEISE AUSDRÜCKEN.
- UNTERSTÜTZUNG DER KINDER BEI DER ZUSAMMENSTELLUNG DER PORTIONEN ENTSPRECHEND IHREM HUNGER, UM DIE LEBENSMITTELVERSCHWENDUNG ZU REDUZIEREN.

## WIE BENUTZEN?

- DIE AMPEL AN EINER GUT SICHTBAREN STELLE IM SPEISESAAL AUFSTELLEN, ENTWEDER AM EINGANG ODER IM AUSGABEBEREICH.
- DEN CODE ZWISCHEN DEM KÜCHENPERSONAL, DEN AUF SICHTSPERSONEN UND DEN SCHÜLERN ETABLIEREN, DAMIT FÜR ALLE KLAR IST, WAS DIE DREI PORTIONSGRÖSSEN IN BEZUG AUF DIE ESSENMENGE BEDEUTEN: AMEISE, FUCHS UND BÄR.
- WENN DIE SPEISEN SERVIERT WERDEN, SAGT JEDES KIND LAUT, WELCHE PORTIONSGRÖÖBE ES FÜR JEDES GERICHT WÜNSCHT, ODER ES ZEIGT DIES ANHAND DER POSITION DER AMPEL IM SPEISESAAL AN.
- ERINNERN SIE DIE KINDER DARAN, DASS SIE EINEN NACHSCHLAG BEKOMMEN KÖNNEN, WENN SIE NOCH HUNGRIG SIND, DAMIT SIE BEI DER WAHL DER PORTIONSGRÖÖBE KEINE ANGST HABEN, HUNGRIG ZU BLEIBEN.
- IN DEN ERSTEN TAGEN DER VERWENDUNG DES AMPELSYSTEMS KÖNNEN DIE BETREUER DIE SCHÜLER DARAN ERINNERN, WIE DAS SYSTEM FUNKTIONIERT UND WIE WICHTIG ES IST, NUR DIE MENGE AN ESSEN ZU VERLANGEN, DIE SIE AUCH ESSEN WERDEN, UM VERSCHWENDUNG ZU VERMEIDEN. ES KÖNNTE AUCH EIN „REPRÄSENTANT“ DES TISCHES ERNANNT WERDEN, DER IN DEN ERSTEN TAGEN ALLE NOCHMAL DARAN ERINNERT, BEVOR SIE MIT DEM ESSEN BEGINNEN.
- ÜBERLEGEN SIE, OB UNTERSCHIEDLICH GROÖBE SERVIERUTENSILIEN HILFREICH WÄREN, UM DIE EINZELNEN PORTIONSARTEN KLAR ZU DEFINIEREN.

**SCHULEN GEGEN  
LEBENSMITTEL-  
VERSCHWENDUNG**

**#FoodWaste  
#EWR2024**



Supported by:

