Presseinformation

10. Januar 2012

Informationen der „umweltberatung" zur „Gesunden Schuljause"

Tipps für gesunde Pausenbrote und Schulbuffets

Gerade für Heranwachsende und speziell in der kalten Jahreszeit ist der Verzehr frischer und vitaminhaltiger Lebensmittel für die Kräftigung des Immunsystems und geistige Fitness wichtig. Angesichts der rund tausend Stunden, die Pflichtschüler pro Jahr an ihrem „Arbeitsplatz" verbringen, hat „die umweltberatung" Niederösterreich Informationen zum Thema „Gesunde Schuljause" mit empfehlenswerten Pausensnacks zusammengestellt. Die Infoblätter „Gesunde Schuljause", „Fruchtsäfte, Wellnessdrinks & Co" sowie „Köstliche Brotaufstriche - die Biojause für zwischendurch" stehen auf http://www.umweltberatung.at/ zum kostenlosen Download bereit bzw. können zuzüglich Versandkosten bei der „umweltberatung" Niederösterreich unter der Telefonnummer 02742/718 29 oder per e-mail unter niederoesterreich@umweltberatung.at bestellt werden.

Darin enthalten sind neben allgemeinen Informationen auch Tipps für eine ausgewogene Ernährung, Rezepte für eine abwechslungsreiche Schuljause mit Vollkornprodukten, Gemüse, Obst und Milchprodukten sowie Anregungen für die Gestaltung eines Schulbuffets, das die Versorgung mit wichtigen Nährstoffen sichert.

Bei der Auswahl der gesunden Schuljause sollten grundsätzlich Lebensmittel aus der Region bevorzugt werden. Kurze Transportwege ermöglichen optimale Frische und hohen Vitamingehalt. Lebensmittel aus kontrolliert biologischer Erzeugung werden garantiert ohne Pestizide und ohne Dünger produziert, das bedeutet maximalen Umweltschutz und schadstofffreie Lebensmittel für die Kinder.

Amt der Niederösterreichischen Landesregierung
Landesamtsdirektion/Öffentlichkeitsarbeit
www.noe.gv.at/presse
E-Mail: presse@noel.gv.at
E-Mail: presse@noel.gv.at