



McBreak

Vorstellung

Ein gesundes Frühstück ist eine wichtige Voraussetzung für erfolgreiches Leben und Lernen. Mc.Break am Gymnasium Haan setzt sich für ein gesundes Frühstück ein.

"Back to the roots" wollen wir vermehrt Gesundes anbieten und attraktive Alternativen **an Stelle der Süßigkeiten** den Schülern näher bringen. Dieses Konzept wurde bereits im Schuljahr 2005/2006 erarbeitet.

Aktuell im Angebot

Baguettes mit:

- Käse 1,70 €
- Putenbrust 1,70 €
- Salami 1,70 €
- Kochschinken 1,70€
- Tomaten/Mozzarella 1,70€
- Brötchenhälften weiss 0,60€
- Brötchenhälften Mehrkorn 0,70 €
- Überbackene Käsebrötchen 0,90€
- Laugenstangen 1,00€
- Croissants 1,10€
- Mürbchen mit Rosinen 0,70€
- Ayran Cherry(Joghurt) 0,60€
- Ayran Pfirsich(Joghurt) 0,60€
- Apfelschorle 0,5l 0,80€

Immer im Angebot:

- Erdnüsse 0,70€
- Diverse Cornies 0,70€
- Studentenfutter 0,60€

Ziele

Ein messbarer Teil aller Schülerinnen und Schüler kommen mit leerem Magen und/oder falschem „Pausensnack“ zur Schule. Häufig besteht das Schulfrühstück aus Schokoriegeln, Bonbons, Chips und Limonaden. Diese Pausensnacks, die in der Werbung als kindgerechte Zwischenmahlzeiten angepriesen werden, sind oft süß und fetthaltig. Notwendige Inhaltsstoffe wie z. B. Vitamine und Mineralstoffe sind dagegen nicht immer ausreichend enthalten. Das führt dazu, dass die Konzentrations- und Leistungsfähigkeit der Kinder im Unterricht nicht gefördert wird, sondern nachlässt.

Die Ziele von Mc.Break sind:

- Angebot: Leckereres, Abwechslungsreiches, Gesundes, Nahrhaftes und Sättigendes anzubieten.
- Entdecken: Über das Frühstück sinnvolle Ernährungsgewohnheiten kennen lernen
- Lernen: Die eigene Ernährung bewusster erleben und Ernährungsfehler vermeiden.



Ansprechpartner

McBreak - Team Schuljahr 17/18



Lehrerin: Frau Dylewski
dylpet@web.de

Eltern: Frau Anja Weiss
weiss.anja@steinweiss.de

Organisation

Das Schülerprojekt wird von vielen, engagierten Müttern, wenigen Vätern, einem Opa, der Lehrerin Frau Dylewski und dem Elternteam Frau Vossieg, Frau Weiss, Frau Kerkhoff unterstützt. Die Schülerinnen verkaufen in zwei Pausen das von den ehrenamtlichen Helfern vorbereitete Frühstück.

Das Mc.Break-Team freut sich jederzeit über weitere helfende Hände, die Lust und Zeit haben mitzumachen, Anregungen einbringen und helfen, Ideen zu verwirklichen.

McBreak an unserer Schule

- täglich in zwei Pausen
- Informationen im Schulprogramm
- Sonderaktionen zu speziellen Anlässen, wie z.B. Projekttag
- Seit September 2006 gibt es den viel genutzten Wasserspender
- Aktuelle Informationen auf unserer Homepage: www.gymhaan.de

Sonstiges

**Heute schon
Gefrühstückc ?!**

Nein ?!

Na dann aber los !!!

Bei uns wird jeder ein passendes Pausenfrühstück oder den kleinen „Snack“ für zwischendurch finden und genießen