



Kindergarten/Unterstufe

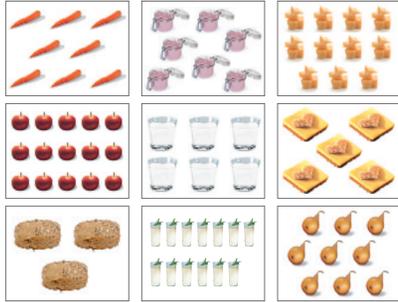
Name: _____

swissmilk

Zählen und ausmalen

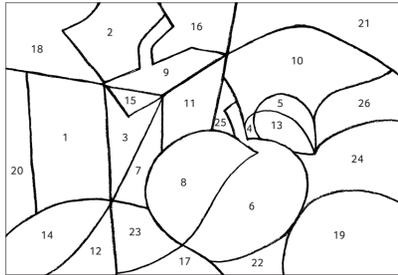
Aufgabe 1

Zähle die Gegenstände. Wie viele sind es? Male die richtige Zahl im Bild ganz unten an.



Hinweis

Starke Knochen mit 3-mal täglich Milch oder Milchprodukten.



Aufgabe 2

Was gibt es heute zum Znüni?

www.swissmilk.ch/schule



Kindergarten/Unterstufe

Name: _____

swissmilk

Jogurt-See

Aufgabe 1

Probieren das Rezept aus.

Jogurt-See

Für 4 Kinder

500 g Jogurt nature
3 – 4 EL Holunderblütensirup
250 g gemischte Beeren, z.B. Brombeeren, Heidelbeeren und Himbeeren

Zubereitung

1 Das Jogurt mit dem Holunderblütensirup und der Hälfte der Beeren mischen. Gleichmässig in 4 Schalen verteilen.
2 Die restlichen Beeren über den Jogurt-See streuen.

Tipp

Wenn nicht Beersaison ist, 250 g tiefgekühlte Beeren (aufgetaut) oder 250 g in Stücke geschnittenes Saisonobst verwenden.

Aufgabe 2

Male auf einem Teller ein essbares Bild. Zum Beispiel die Raupe Nimmersatt. Das funktioniert so:

1 Für den Raupenkopf 1 Aprikosenhälfte beiseite legen. Restliche Aprikose und Nektarine in Halbmonde schneiden. Für die Schmetterlinge Erdbeeren von der Spitze her zum Stielansatz einschneiden, nicht ganz durchschneiden, Viertel herunterklappen. Für die Fühler Stiel längs halbieren. Für die Wolke Zopfischeibe mit Frischkäse bestreichen.
2 Aus Fruchtstücken eine Raupe legen. Für Augen und Mund Johannis- bzw. Heidelbeeren auf die Aprikosenhälfte legen. Für die Fühler 2 Aprikosenstücke anbringen. Für die Füsse Rosinen hinlegen.
3 Mit dem Peterli Gras legen. Die Zopfwolke anrichten und Heidelbeertropfen darunter legen. Erdbeerschmetterlinge ebenfalls im Bild platzieren.

Tipp

Entwirf dein essbares Bild zuerst auf Papier, dann ist es einfacher, es auf dem Teller zu malen.

www.swissmilk.ch/schule



Kindergarten/Unterstufe

Name: _____

swissmilk

Znüni-Schatzsuche

Aufgabe

Legt alle eure Znünis in eine grosse Schatzkiste.



Spielidee

Die Kiste wird nun von 2 Schülerinnen oder Schülern auf dem Pausenplatz versteckt. Diese legen Spuren, zeichnen Pfeile oder malen eine Schatzkarte. Anschliessend geht die ganze Klasse gemeinsam auf Schatzsuche. Folgt den Spuren oder Pfeilen oder benutzt die Schatzkarte, um eure Znünis möglichst schnell zu finden. Das Znüni wird danach gemeinsam in der Klasse gegessen.

Tipp

Schreibt eure Znünis zuerst an, damit ihr sie wiederkennt.



Varianten

- Bildet Zweiergruppen. Versteckt euch gegenseitig den Znüni.
- Geburtstagsritual: Das Geburtstagskind darf jeweils alle Znünis oder den selbst mitgebrachten Geburtstagszüni verstecken.

www.swissmilk.ch/schule



Kindergarten/Unterstufe

Name: _____

swissmilk

Birchermüesli

Aufgabe

Bereite dir ein feines Birchermüesli für die Znüni-Pause zu. Welche Zutaten brauchst du? Übermale sie mit einer Farbe.



Zutaten

APFEL MILCH
BEEREN RAHM
FRÜCHTE SULTANINEN
HAFERFLOCKEN ZIMT
HASELNÜSSE ZITRONE
JOGURT



Hinweis

Die Wörter können waagrecht, senkrecht oder diagonal stehen.



www.swissmilk.ch/schule



Schweizer Milchproduzenten SMP
Swissmilk
Public Relations
Weststrasse 10
Postfach
3000 Bern 6

Telefon 031 359 57 28
Telefax 031 359 58 55
pr@swissmilk.ch
www.swissmilk.ch

Impressum

Herausgeber: Schweizer Milchproduzenten SMP, Swissmilk, Bern
Projektleitung: Daniela Carrera, Swissmilk, Bern
Pädagogische Beratung: Mirjam Böhler, Swissmilk, Bern
Lektorat: Marlies Whitehouse, Zürich
Grafik: Stefan Aebi, Münchenbuchsee
Druck: Merkur Druck AG, Langenthal

© Swissmilk 2016

130443D



Kindergarten/Unterstufe

Das Milch-Leiterlispiel

Materiale
Milch, Quark, Jogurt und Käse (je nach Klassengrösse)
ein Messer
ein Brettchen

Ein Würfel pro Gruppe
ein Teelöffel pro Kind
eine Spielfigur pro Kind
ein Bleistift und ein Notizheft pro Kind

Spielregeln

Wer die grösste Zahl würfelt, darf beginnen.



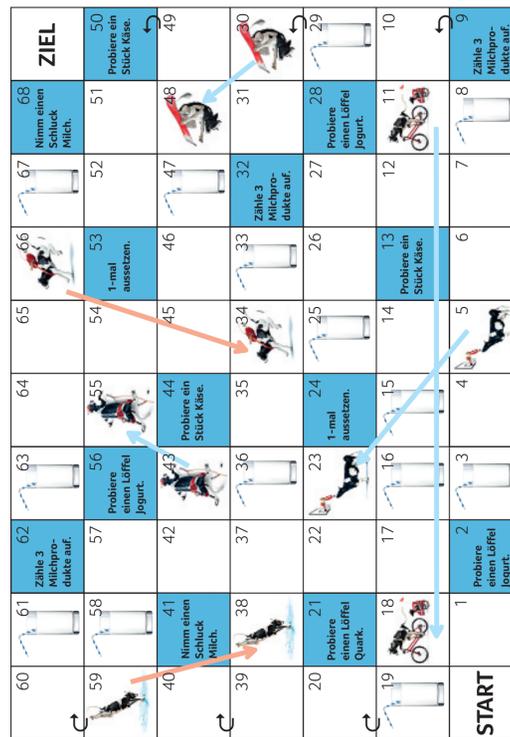
Blaues Feld: Machen, was darin steht.



Feld «Milchglas»: Schreibe 1-mal das Wort «Milch» oder den Buchstaben «M» in dein Heft.

Wer zuerst im Ziel ist, schreibt 3-mal das Wort «Milch» oder den Buchstaben «M».

Wer hat am häufigsten das Wort «Milch» oder den Buchstaben «M» ins Notizheft geschrieben?



www.swissmilk.ch/schule

Znüni-Poster Kindergarten und Unterstufe



Mit Znüni-Ideen, Fünf Arbeitsblättern und Kommentar für die Lehrperson.



swissmilk

Kommentar für die Lehrperson

Beim Essen alle Sinne ansprechen

Fröhliche Farben und lustige Formen regen nicht nur die Fantasie, sondern auch den Appetit an. Pflippige, selbstgemachte Milchshakes, herzig geschnittene Früchte-Tierli oder Gegenstände und farbenfrohe Gemüsedekorationen machen gesunde Znüni spannender und wecken die kindliche Neugier.

Znüni-Ideen



Rennauto mit Gemüse: Vier Gurkenrädli mit Zahnstochern an einem geschälten Rööbli befestigen. Auf dem Rööbli zwischen den hinteren Rädern ein Käsestückli als Fahrerkabine mit Zahnstocher fixieren.

Rennauto mit Früchten: Einen Apfelschnitt auf den Teller legen. Vier Trauben als Räder mit vier Zahnstochern seitlich am Apfelschnitt fixieren. Auf dem Apfel ein Käsestückli als Fahrerkabine mit einem Zahnstocher befestigen.

«Pommes frites»: Käsestängel in eine Serviette oder ein Sandwichsäckchen packen. Serviette oder Säckchen beschriften.

Traubenwürmi: Trauben an Spießchen stecken. Als Kopf 1 Cherytomate anstecken. Für die Augen nach Belieben kleine Schnitte in die Tomate schneiden und Olivenstreifen hineinstecken. Für die Fühler Spaghettii hineinstecken.

Krebs: Apfelhälfte auf den Teller legen. Auf beiden Seiten je 3–4 Apfelschnitze fächerartig unter den Körper legen. Für die Zangen: Aus zwei Apfelschnitzen Zacken ausschneiden. Vor den Körper legen.

Fotoapparat: Apfel mit einem Kerngehäusentferner durchstechen (Loch zum Hindurchsehen). Seitlich einen Kreis mit dem Apfelausschäler herausstechen. Umgekehrt an dieser Stelle wieder einsetzen. Das ist der Auslöser zum Abdrücken.

Birnen-Laternen: Bei einer Birne rundherum Formen, Figuren (z.B. Sterne, Herzli, ein Auto...) ausstechen, die das Kind wünschen darf (ähnlich dem Rabenlichtli).

Selbermachen: Butter ist ein natürliches und einheimisches Fett, das schnell gemacht ist und köstlich schmeckt. Shaken Sie mit Ihrer Klasse Butter. Danach können Sie die Butter auf ein Stück Brot oder auf einen Vollkorncracker streichen – und das Znüni ist bereit.

Degustation

Lassen Sie die Schülerinnen und Schüler mit verbundenen Augen verschiedene Znüni probieren und die Zutaten erraten.

Znüni-Rezepte ausprobieren

Bereiten Sie mit Ihrer Klasse gemeinsam ein Znüni vor. Rezeptideen finden Sie unter www.swissmilk.ch/rezepte.

Analyse

Aus dem Zmorge ergibt sich das Znüni. Wer zum Zmorge wenig isst, sollte in der Pause ein grösseres Znüni essen. Welcher Frühstückstyp bin ich? Die Schülerinnen und Schüler erzählen, was sie zum Zmorge essen. Unter www.swissmilk.ch/zmorge finden Sie Kurzfilme zu den vier Frühstückstypen: Cornflakeslöffler, Wurstfan, Schleckmaul und Frühstücksmuffel.

Weiterführende Informationen
Die Broschüre «Gesunde Znüni für Kindergarten und Schule» kann unter www.swissmilk.ch/shop heruntergeladen oder bestellt werden.

Antwort: 21. Inkl. Apfel im blauen Kästchen

24. Wie viele Äpfel zählt du?

23. Welches Znüni ist am häufigsten abgebildet?

Antwort: Käsestängel

22. Welche Farbe hat der Teller in Blumentier?

21. Wie viele Sandwichtas hat es? Antwort: 15

20. Was gibt es als Znüni zu den blauen Trauben?

19. Wie viele Milchgläser zählt du? Antwort: 5

18. Was befindet sich zusammen mit dem Fenchel in der Znüni?

Antwort: 18. Inkl. Jogurtbecher im blauen Kästchen

17. Wie viele Jogurtbecher siehst du?

Antwort: Ein Znüni

16. Was steht hinter der Milchpackung?

Antwort: 22. Inkl. Löffel im blauen Kästchen

15. Wie viele Käsestängel sind in den Kästchen?

14. Wo hat es zwei gleiche Zünis nebenan?

Antwort: Gärten und Vollkorncracker

13. Welche Beläge findest du zu den Käsestängeln?

Antwort: 5

12. Wie viele rote Bandeli zählt du? Antwort: 5

11. Wie viele Zünis mit Fleisch hat es? Antwort: 11

10. Wie viele Zünis mit Ei?

Antwort: Tomaten mit Ei

9. In welchem Znüni versteckt sich ein Ei?

Antwort: 10

8. Wie viele Zünis mit Heidelbeeren zählt du?

Antwort: Kleine Tomaten

7. Welche Beläge findest du zu den Mozzarella-Kugeln?

Antwort: 27

6. Wie viele blaue Zünis hat es? Antwort: 27

5. Was steckt in den Radlerchen? Antwort: Zahnstocher

Antwort: Weiss

4. Welche Farbe hat das Röhrl in der Milchpackung?

Antwort: 10

3. Wie viele grüne Zünis sind abgebildet? Antwort: 20

2. Was gibt es als Znüni zu den grünen Trauben?

Antwort: Käsestängel

1. Wie viele grüne Deckel sind abgebildet? Antwort: 20

1. Wie viele grüne Deckel sind abgebildet? Antwort: 20

Mit einem gesunden Znüni fit und munter durch den Morgen



Das Znüni
Schlau zusammengestellt

Für ein kindergerechtes Znüni stehen folgende Nahrungsmittelgruppen zur Auswahl:

- Vollkorngetreideprodukte
- Milch und Milchprodukte
- Saisongemüse oder -obst
- Ungezuckerte Getränke
- Nüsse
- Trockenfleisch und Schinken

Wähle aus dieser Liste für dein Znüni mindestens zwei verschiedene Produkte aus.

Aufgabe 1
Wer sucht, der findet

1. Wie viele grüne Deckel sind abgebildet?
2. Was gibt es als Znüni zu den grünen Trauben?
3. Wie viele gelbe Znüni-Böxli findest du?
4. Welche Farbe hat das Röhrli in der Milchpackung?
5. Was steckt in den Radieschen?
6. Wie viele blaue Znüni-Böxli hat es?
7. Welche Beilage findest du zu den Mozzarella-Kugeln?
8. Wie viele Znüni mit Heidelbeeren zählst du?
9. In welchem Znüni versteckt sich ein Ei?
10. Wie viele Znüni mit Fleisch hat es?
11. Wo befinden sich die Erdbeeren?
12. Wie viele rote Bändeli zählst du?
13. Welche Beilage findest du zu den Käserollen?
14. Wo hat es zwei gleiche Znünis nebeneinander?
15. Wie viele Löffel hat es auf dem Poster?
16. Was steht hinter der Milchpackung?
17. Wie viele Jogurtbecher siehst du?
18. Was befindet sich zusammen mit dem Fenchel in der Znüni-Box?
19. Wie viele Milchgläser zählst du?
20. Was gibt es als Znüni zu den blauen Trauben?
21. Wie viele Sandwiches hat es?
22. Welche Farbe hat der Teller in Blumenform?
23. Welches Znüni ist am häufigsten abgebildet?
24. Wie viele Äpfel zählst du?

Lösung auf Rückseite

Aufgabe 2
Ich gsehn öppis, wo du nöd gsehsch, und das isch...