



Katholische Erwachsenenbildung
im Landkreis Deggendorf e.V.

"Essen für unterwegs - gesunde Snacks" **Übergang zur Familienkost**

Do 12.10.2023, 9.30 - 11.30 Uhr

Ort:

94469 Deggendorf, Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten, Graflinger Str. 81

Zwischenmahlzeiten, auch Snacks genannt, haben eine wichtige Funktion in einem ausgewogenen Speiseplan kleiner Kinder. Als (kleine) „Mahlzeit“ füllen sie den Energiespeicher ihrer Kinder auf und versorgen die Kleinen mit wichtigen Nährstoffen. Egal ob sie zu Hause oder unterwegs gegessen werden, es lohnt darüber nachzudenken. Sie lernen anhand der Ernährungspyramide, bedarfsgerechte Zwischenmahlzeiten zusammenzustellen und „gekaufte Snacks“ unter die Lupe zu nehmen.

Mitveranstalter:

AELF Straubing-Deggendorf Netzwerk Junge Eltern/Familien mit Kindern von 0-3 Jahren (JEF)

Kosten:

kostenfrei, max. 5 Euro Materialkosten

Veröffentlichungsdatum: 10.05.2023

Kath. Erwachsenenbildung im Landkreis Deggendorf e.V.

Gundelauer Str. 7
94557 Niederalteich

Tel. 09901 62 28
Fax 09901 902880
keb.deggendorf@bistum-passau.de
www.keb-deggendorf.de