

ABC für gesunde Kinderkost



Eltern haben Vorstellungen, was Kinder essen *sollen*. Doch das ist meist nicht das, was Kinder *wollen*.

© Susanne Dinkel

134

Microgreens lassen sich einfach selbst züchten und bringen Geschmack und Nährstoffe ins Essen.



© yanadiem/stock.adobe.com

Fachbeiträge

Gesundheitserziehung

- Essbeziehung und Esserziehung: Vom Sollen zum Wollen 110
- Note: Ungenügend – Ernährung in der Schule 124

Ernährung

- Vom ersten Brei bis zum Familientisch 114
- Histamin: Unverträglichkeit gut meistern 138

Gemeinschaftsverpflegung

- Biospeiseplan: Nachhaltig Essen in Kitas und Schulen 117

Gesundheitspolitik

- Kindermarketing: Wer macht unsere Kinder dick? 120
- Standpunkt: Werbung – Kinder brauchen Schutz 127
- Kurzfassungen der Fachbeiträge 129

3/23



© AndreyCherkaev/depositphotos.com

Alkohol und gereifte Lebensmittel weisen einen hohen Gehalt an Histamin auf. Manche Menschen reagieren darauf empfindlich.

Für die Praxis

- Ökologisch Leben 128
- Rezepte 131
- Saisontipp**
- Mirabellen: Gelbe Sommerfrüchtchen 133
- Warenkunde**
- Microgreens: Mikrogemüse mit grüner Power 134
- Körper & Seele**
- Gesunde Venen: Leichtfüßig durch den Sommer 136

Rubriken

- Magazin** 108
- UGB intern**
- Tagung in Gießen: Großes Wiedersehen 142
- Online-Symposium: Der biopsychosoziale Ansatz 144
- Neue Online-Vorträge im Herbst: Speisepilze & Osteoporose 145
- UGB-Schweiz: Neue Präsidentin 145
- Wissenschaft aktuell** 146
- Leserfrage**
- Wie ist der Einsatz von Insekten in Lebensmitteln zu bewerten? 148
- Bücher** 149
- Unter der Lupe**
- Zuckeranbau: Bittersüße Wahrheiten 150
- Stellenangebote/Termine** 152
- Impressum** 155