



Das EU-Schulmilch- programm NRW

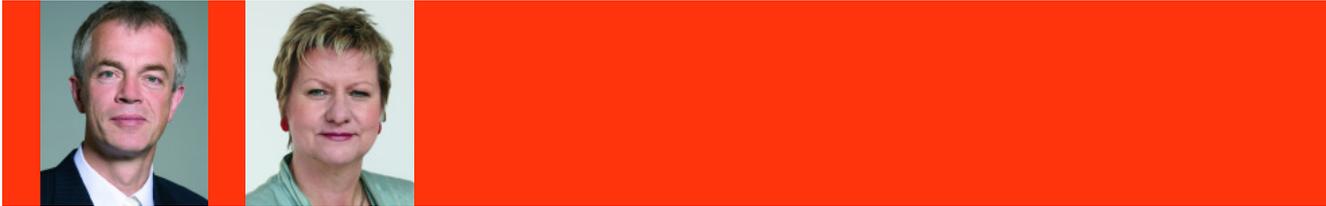
Informationen für Schulen und Eltern



Inhalt

Vorwort	4
Das Europäische Schulmilchprogramm – ein viertel Liter Schulmilch jeden Tag!	6
Argumente für die Milch ...	7
Milch – Futter für Kopfarbeiter	9
Schulmilch – pur oder als Milchmodiggetränk?	10
Wasser und Milch – perfekte Partner	12
Schulmilch an Ihrer Schule – so geht's!	12
Wir wollen Schulmilch!	12
Schulmilchbezug	13
Schulmilchpreise	14
Schulmilch bestellen und verteilen	14
Schulmilch im Unterricht	15
Projekte und Schulmedien	15
Landfrauen zu Besuch in Schulen	15
Medienordner „Häppchen für Bildungshungrige“	16
„Lottes Bewegungspause“	17
Lotte unterwegs	18
Schulmilch-Event-Module	18
Schulmilch-Arena mit der vision.factory	19
Milchcup NRW	21
Noch Fragen?	22

Sehr geehrte Damen und Herren!



Schulmilch – dafür machen wir uns stark in NRW!
Kinder und Jugendliche sollen gesund aufwachsen, fit sein für den Alltag und sich wohlfühlen. Die beste Grundlage hierfür bieten regelmäßige Bewegung und eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung. Das Ministerium für Klimaschutz, Umwelt, Landwirtschaft, Natur- und Verbraucherschutz NRW (MKULNV) und das Ministerium für Schule und Weiterbildung NRW (MSW) legen großen Wert auf die Förderung gesunder Ernährung in Kindertagesstätten und Schulen.

Das Frühstück zu Hause und die Pausenmahlzeit in der Schule sind für Schulkinder besonders wichtige Mahlzeiten am Tag. Sie liefern Energie und Nährstoffe, die die Kinder brauchen, um für ihren langen Schultag konzentriert und leistungsfähig zu sein. Insbesondere vor dem Hintergrund, dass immer mehr Schulen zu Ganztagschulen werden und der Unterricht immer weiter in den Nachmittag hineinreicht, ist eine gute Verpflegung wichtig.

Milch und Milchprodukte gehören zu einer wertvollen und ausgewogenen Ernährung unbedingt dazu und sind neben Obst, Gemüse und Getreideprodukten ein wesentlicher Bestandteil einer gesunden Pausenverpflegung. Das Land Nordrhein-Westfalen setzt sich seit mehreren Jahren für eine optimale Umsetzung des EU-Schulmilch-

programms ein und unterstützt durch gezielte Fördermaßnahmen die Information über den Wert der Schulmilch für die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen.

Mit dieser Schrift möchten wir Sie bei der Beteiligung Ihrer Schule am Schulmilchprogramm der EU unterstützen. Zudem erhalten Sie hilfreiche Tipps und Hinweise, damit die Schulmilch auch an Ihrer Schule ein Teil des Alltags der Schülerinnen und Schüler wird.

Johannes Rimmel
Minister für Klimaschutz,
Umwelt, Landwirtschaft,
Natur- und Verbraucher-
schutz des Landes Nord-
rhein-Westfalen

Sylvia Löhrmann
Ministerin für Schule und
Weiterbildung des Landes
Nordrhein-Westfalen



Das Europäische Schulmilchprogramm – Ein viertel Liter Schulmilch jeden Tag!

Die Versorgung der Schüler mit Schulmilch wird seit vielen Jahren von der Europäischen Union durch die Schulmilchbeihilfe gefördert. Das Land NRW sorgt dafür, dass sich die EU-Förderung auf eine vergünstigte Abgabe von Schulmilch auswirkt, legt Obergrenzen für die Schulmilchpreise fest und überwacht deren Einhaltung. Die Fördermittel werden also nicht unmittelbar an die einzelnen Schülerinnen und Schüler ausbezahlt, sondern an zugelassene Molkereien, Händler, Direktvermarkter oder auch Schulen und Kindergärten.

Durch dieses Finanzierungsprogramm können Milch und Milchprodukte in Kindergärten und Schulen zu einem günstigen Preis angeboten werden. Die Einrichtungen selber werden durch die dafür zugelassenen Molkereien, Händler oder Direktvermarkter beliefert.

Die EU-Förderung wird für festgelegte Milchsorten und Milchprodukte gewährt. Hierzu zählen: Vollmilch und teilentrahmte Milch (auch als Milchmodiggetränke zum Beispiel mit Erdbeer-, Schoko- oder Vanillegeschmack), Natur- und Fruchtjoghurt, Buttermilch und Käse.



Ziel ist es, möglichst viele Kinder mit dem Programm zu erreichen, sodass jedes Kind durch die Unterstützung der EU-Förderung täglich einen viertel Liter Schulmilch trinken kann.

Argumente für die Milch – Welche Inhaltsstoffe machen die Schulmilch so wertvoll?

Milch ist durch ihr ausgewogenes Nährstoffprofil als Bestandteil eines gesunden Pausenfrühstücks unschlagbar. Bereits ein viertel Liter Milch liefert einen Großteil aller Nährstoffe, die für die geistige und körperliche Fitness in der Schule notwendig sind.

Milchzucker – Das Kohlenhydrat der Milch ist ein wertvoller Energielieferant. Mit ihm bleiben die Kinder leistungsfähig.

Milchfett – liefert ebenfalls wichtige Energie und sorgt dafür, dass die fettlöslichen Vitamine gut aufgenommen werden. Milchfett ist ein Geschmacksträger und sehr gut verdaulich.

Milcheiweiß – verfügt über eine hohe biologische Wertigkeit. Es ist Aufbaustoff für alle Körperzellen, besonders für Kinder im Wachstum.

Vitamine und Mineralstoffe – stärken das Immunsystem und sind an vielen Stoffwechselfvorgängen im Körper beteiligt. Milch enthält unter anderem die Vitamine A, B1, D, B2 und B12. Und auch bei den Mineralstoffen ist sie ganz vorn mit dabei: Calcium, Phosphor und Magnesium sorgen für starke Knochen und Zähne.

Jod – ist ein Spurenelement und unverzichtbar für die Schilddrüsenhormone. Milch und Milchprodukte tragen zur Deckung des Jodbedarfs bei.

Wasser – Milch besteht zu etwa 87 % aus Wasser und trägt zur Deckung des Flüssigkeitsbedarfs bei!

Calcium – Die zur Deckung des Calciumbedarfs empfohlenen Milchmengen (inkl. Milchprodukte und Käse) pro Tag erreichen viele Kinder und Jugendliche nicht! Der Viertelliter Schulmilch deckt zwischen 25 und 35 % des Calciumbedarfs pro Tag und trägt so maßgeblich zur guten Calciumversorgung bei.

Calcium – macht Kinder stark!

Zur Deckung des Calciumbedarfs empfiehlt das Forschungsinstitut für Kinderernährung (FKE) in Dortmund folgende Milchmengen (inkl. Milchprodukte und Käse) pro Tag:

- Für Kinder im Alter von 7 bis 12 Jahren:
350 bis 420 ml pro Tag
- Für Jugendliche im Alter von 13 bis 18 Jahren:
425 bis 500 ml Milch pro Tag

Tatsächlicher und empfohlener Milchverzehr* bei Kindern und Jugendlichen (in g/Tag)



*Milchverzehr = Milch, Milchprodukte, Käse

Quelle: Robert-Koch-Institut, Eskimo-Studie 2007



Milch – Futter für Kopfarbeiter

Der Körper verbraucht über Nacht Energie, sodass die Reserven am Morgen aufgezehrt sind. Daher benötigt er neue Energie, um die Anforderungen des kommenden Tages gut bewältigen zu können. Ein ausreichendes Frühstück ist hierfür eine wichtige Voraussetzung. Oftmals kommen Kinder jedoch ohne Frühstück oder nach einem nur unzureichenden Frühstück zur Schule. Für diejenigen, die zu Hause frühmorgens nichts frühstücken können, ist eine gute und an die Bedürfnisse angepasste Pausenverpflegung dann besonders wichtig.

Um über den langen Schulvormittag konzentriert und leistungsfähig zu bleiben, eignet sich ein ausgewogenes Frühstück mit einer ausreichenden Menge an Kohlenhydraten. Dabei kommt es besonders auf die Qualität der ausgewählten Kohlenhydrate an.

Die Wirkung der einzelnen Kohlenhydrate aus Lebensmitteln auf den Blutzuckerspiegel wird wissenschaftlich durch den Glykämischen Index (GI) beschrieben. Lebensmittel mit einem niedrigen bis mittleren GI sorgen für eine lang anhaltende Sättigung und eine kontinuierliche Versorgung des Gehirns und des Körpers mit Energie (= stabile Leistungsfähigkeit). Lebensmittel mit einem

hohen GI hingegen fördern einen schnellen Anstieg des Blutzuckerspiegels und versorgen nur kurzfristig mit Energie (= schnell sinkende Leistungsfähigkeit).

Milch pur verfügt über einen niedrigen GI (27) und ist somit ein idealer Bestandteil des Pausenfrühstücks. Bei Milchmischgetränken, die neben dem natürlichen Gehalt an Milchzucker von 4,8 % noch zugesetzten Zucker von durchschnittlich 4 % enthalten, liegt der GI (37) auch im niedrigen Bereich. Sie stellen daher ebenso eine gute Energiequelle dar.

Ausgewählte GI-Werte von Frühstückslbensmitteln

Baguette	95
Roggenvollkornbrot	58
Cornflakes	81
Müsli, natur	49
Bananen	52
Äpfel	38
Vollmilch	27
Milchmix, Schoko	32 ¹⁾
Orangensaft	50

Quelle: aid infodienst (nach Foster-Powell K, Holt S, Brand-Miller JC: International Table of Glycemic Index and Glycemic Load Values: 2002. Am J Clin Nutr 76, 5–56, 2002)

¹⁾ Quelle abweichend: Atkinson FS, Foster-Powell K, Brand-Miller JC. International Tables of Glycemic Index and Glycemic Load Values: 2008. Diab Care 2008; 31(12).

Schulmilch – pur oder als Milchmischgetränk?

Häufig kommt die Frage auf, ob Milchmischgetränke (wie Kakao oder Erdbeermilch) durch ihren Zuckergehalt Übergewicht und Fehlernährung begünstigen.

Hier einige Antworten:

- Milchmischgetränke tragen eingebettet in einer gesunden Ernährung und in der Abgabemenge von einem viertel Liter pro Kind und Tag nicht zur Entstehung von Übergewicht und Fehlernährung bei.
- Milchmischgetränke bieten geschmackliche Abwechslung und können so dazu beitragen, dass Kinder an eine gesunde Ernährung mit Milch und Milchprodukten herangeführt werden. Die über die Milch reichlich gelieferten Nährstoffe Calcium und Eiweiß sind besonders wichtig während des Wachstums. Die Realität zeigt, dass nur etwa 10 % der Kinder regelmäßig die Milch pur trinken und rund 90 % den Milchmischgetränken den Vorzug geben.
- Mit Rücksicht auf die Verzehrsgewohnheiten in anderen EU-Ländern wurde eine Zuckerzugabe von bis zu 7 % in der EU- Schulmilchrichtlinie festgeschrieben. In Nordrhein-Westfalen wird dieser Höchstwert bei allen Schulmilch-Produkten mit durchschnittlich 4 % zugesetztem Zucker deutlich unterschritten.
- Was sind die Alternativen? Kinder bevorzugen stark gesüßte und teils koffeinhaltige Limonaden, Fruchtsaftgetränke und Nektare. Diese enthalten viel Zucker, aber wenig andere wertvolle Nährstoffe und werden oftmals in größeren Getränkeeinheiten von 0,3 l bis 0,5 l angeboten.





Wasser und Milch – perfekte Partner

Zu einer gesunden Schulverpflegung gehört eine ausreichende Versorgung mit Flüssigkeit! Kinder haben einen hohen Flüssigkeitsbedarf. Sie sind immer in Bewegung, sowohl körperlich als auch geistig. Die Schulmilch trägt zur Flüssigkeitsversorgung bei, auch wenn sie zu den Nahrungsmitteln zählt. Ihr fester Platz ist deshalb beim Pausenfrühstück. Leitungs- oder Mineralwasser und ungesüßte Tees liefern Flüssigkeit ohne zusätzliche Energie und sind daher den ganzen Tag über ideale Flüssigkeitslieferanten.

Schulmilch an Ihrer Schule – so geht's!

Damit das Schulmilchprogramm auch an Ihrer Schule ein Erfolg wird und Ihre Schülerinnen und Schüler von einer gesunden Ernährung mit Milch und Milchprodukten profitieren können, sind einige Punkte zu beachten:

Wir wollen Schulmilch!

Der Wunsch, Schulmilch beziehen zu wollen, kann von Eltern oder der Schule vorgebracht werden. Von Seiten

der Schule kann zum Beispiel im Rahmen eines Elternabends über die Vorteile einer regelmäßigen Milchversorgung informiert werden.

Der Beschluss zum Schulmilchbezug sollte von allen Entscheidungsträgern gefasst werden. Bei Informationsbedarf zum gesundheitlichen Stellenwert von Milch und zur Umsetzung des Schulmilchprogramms steht die Landesvereinigung der Milchwirtschaft NRW e. V. gern zur Verfügung. Weitere Hinweise sind auch im Internet unter www.genius-milch-nrw.de mit dem Suchbegriff „Schulmilch“ einsehbar.

Schulmilchbezug

Das Landesamt für Natur-, Umwelt- und Verbraucherschutz NRW (LANUV) stellt eine Liste zugelassener Schulmilchmolkereien, -lieferanten und Direktvermarkter in Nordrhein-Westfalen zur Verfügung. So kann jede schulische Einrichtung selbst ihren Schulmilchlieferanten aussuchen. Nach Kontaktaufnahme zum Schulmilchlieferanten leitet dieser die weiteren notwendigen Schritte zum Schulmilchbezug ein. Die Liste der Anbieter und weitere Informationen finden Sie auch im Internet auf der Seite www.schulmilch.nrw.de.





Schulmilchpreise

Der viertel Liter Schulmilch wird durch die EU-Schulmilchbeihilfe zu einem günstigen Preis in Kindergärten und Schulen angeboten. Auf der Seite www.schulmilch.nrw.de können die derzeit geltenden Schulmilchpreise für Milch pur und Milchmischgetränke eingesehen werden.

Schulmilch bestellen und verteilen

Der Bestellrhythmus von Schulmilch wird durch die Schulen unterschiedlich organisiert – er variiert in der Regel von wöchentlich bis monatlich. Das Einsammeln des Schulmilchgelds wird von der Schule organisiert und erfolgt bar oder bargeldlos.

Es hat sich bewährt, die angelieferte Milch nach Klassenbestellungen vorzusortieren und diese zur ersten großen Pause auf die Klassen zu verteilen. Beziehen Sie die Kinder in die Verteilung mit ein, indem Sie z. B. einen „Milchdienst“ einrichten.

Damit das Schulmilchprogramm an Ihrer Schule rund läuft, ist es hilfreich, eine feste Ansprechperson zu haben.



Schulmilch im Unterricht

Neben dem Angebot von Milch und Milchprodukten ist auch das Wissen der Kinder über die gesunden Inhaltsstoffe der Milch und deren Funktionen auf den Körper von Bedeutung. Nutzen Sie hierfür das Informationsangebot der Landesvereinigung der Milchwirtschaft NRW e. V. zum Beispiel im Internet auf der Seite www.genius-milch-nrw.de.

Projekte und Schulmedien

Das Land NRW fördert Projekte und Unterrichtsmedien rund um das Thema Schulmilch. Ziel der Förderung ist es, über die gesundheitliche Bedeutung von Schulmilch zu informieren und bei der Einrichtung der Schulmilchbelieferung behilflich zu sein. Nachfolgend werden beispielhaft einige davon vorgestellt.

● Landfrauen zu Besuch in Schulen

Fachkräfte des NRW-Schulmilchteams bieten den Schulen Unterstützung bei der Umsetzung des Schulmilchprogramms an. Dazu gehören Unterrichtseinheiten zum Thema „Gesundes Frühstück mit Milch und Obst“, hauswirtschaftlicher Unterricht und Elternabende.

Die Unterrichtseinheiten haben einen praxisorientierten Ansatz. Die Kinder lernen, wie wichtig die erste Mahlzeit als „Energienotor“ für den Tag ist, welche Lebensmittel zu einem gesunden Frühstück gehören und dass Milch und Milchprodukte unverzichtbare Bestandteile eines solchen Frühstücks sind.

Unterstützt werden ebenso Projektwochen zu diesem Themenbereich und Informationsstände auf schulischen Veranstaltungen. Informationen dazu finden Sie im Internet auf der Seite www.genius-milch-nrw.de (Rubrik Erwachsene/Milch/Schulmilchförderung in NRW).

● Medienordner „Häppchen für Bildungshungrige“

Der Ordner enthält eine Sammlung von Unterrichtsvorlagen und Arbeitsblättern zu verschiedenen Ernährungsthemen. Er bietet sich an, um gesunde Ernährung als Unterrichtsthema aufzugreifen und fächerübergreifendes Lernen zu ermöglichen.

Neben der Wissensvermittlung sorgen praktische Einheiten für die Weitergabe wichtiger Handlungskompetenzen.

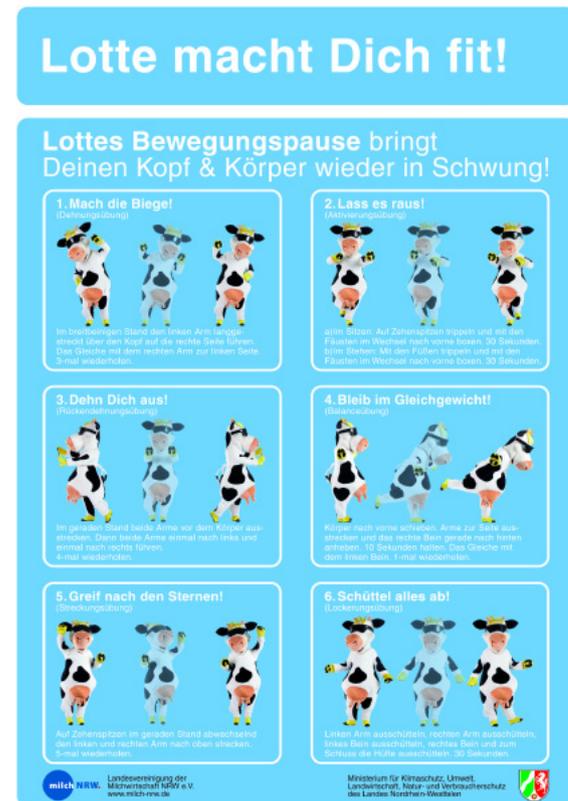


Der Medienordner ist in die Rubriken Kindergarten, Grundschule sowie weiterführende Schule 5. bis 6. Schuljahr und 7. bis 8. Schuljahr unterteilt.

Der Ordner kann kostenfrei online bestellt werden: www.milch-nrw.de (Rubrik Service)

● „Lottes Bewegungspause“

Lotte macht Dich fit für den langen Schultvormittag. Das Poster mit sechs einfach auszuführenden Übungen kann für kurze Bewegungspausen während oder nach dem Unterricht genutzt werden. Aufgestauter Bewegungsdrang wird gelöst – Spaß und hellwache Köpfe garantiert! Das Poster kann kostenfrei online bestellt werden: www.milch-nrw.de (Rubrik Service/Broschüren)





● Lotte unterwegs

Kinder in Bewegung zu bringen, bereitet Maskottchen Lotte viel Freude. Zudem möchte sie die Botschaft publik machen, dass es einen engen Zusammenhang zwischen guten schulischen Leistungen, guter Schulverpflegung und körperlicher Fitness gibt! Deshalb geht sie mit ihrer Bewegungspause und einem Milch-Parcours auf Tour und besucht Schulen in NRW. Die Termine vergibt das Organisationsteam Schulmilch-Events auf telefonische Anfrage (Tel. 0221 91255629).

● Schulmilch-Event-Module

Kindergärten und Schulen in NRW können ihre Veranstaltungen mit bewegungsfördernden Aktionsmodulen und einem Infomobil bereichern.

Zu den Aktionsmodulen gehören:

– Das **Schulmilch-Gebirge**

Ein transportabler Abenteuerspielplatz im Schulmilch-packungsdesign motiviert Kinder zur Bewegung.

– Das **Schulmilch-Kistenklettern**

Gut abgesichert mit Helm und professionellen Bergsteigergurten erklimmen die Kinder Milchboxen bis zu einer Höhe von fast sechs Metern.



– Der **Schulmilch-Express**

Ein straßentauglicher Miniaturzug fährt Kinder und Besucher von Schulfesten über das Schulgelände.

– **Rollenrutsche**

Auf Kunststoffschlitten rutschen Kinder eine schräge Rollenbahn hinunter.

– Und immer mit dabei: Die **Schulmilch-Infobox**

Mitarbeiter des NRW-Schulmilchteams informieren über richtige Ernährung im Schulalltag und beantworten Fragen zu Milch und Milchprodukten. Ebenfalls gibt es an den Aktionstagen gratis Schulmilch für alle Kinder.

Die Termine vergibt das Organisationsteam Schulmilch-Events auf telefonische Anfrage (Tel. 0221 91255629).

● **Schulmilch-Arena mit der vision.factory**

Die vision.factory ist eine multimediale Lernwerkstatt für weiterführende Schulen. In einem mobilen, speziell ausgestatteten Raum sprechen die Schülerinnen und Schüler mit einer computergesteuerten animierten Comic-Kuh. Sie stellt Fragen und erklärt, welche Rolle Milch innerhalb einer gesunden Ernährung spielt. In der virtuellen Lernumgebung haben Kinder und Jugendliche Spaß daran,

sich in neue Inhalte hineinzudenken. Zum Schluss wird gemeinsam Schulmilch getrunken.

Unterdessen durchlaufen die anderen Schülerinnen und Schüler klassenweise einen aufgebauten Schulmilch-Parcours mit folgenden Stationen:

1. „Kalzi“, ein als Relief gearbeitetes Skelett, bei dem die Schüler fehlende Knochen ergänzen müssen. Weiterhin gilt es, Info-Täfelchen zuzuordnen, auf denen die Teilnehmer über die Bedeutung von Calcium für den Knochenaufbau informiert werden.
2. Ein Kinozelt, in dem Info-Filme über „den Weg der Milch“ gezeigt werden.
3. Kuhfladenhüpfen, ein Gleichgewichtsspiel, bei dem ein Lösungswort „erhüpft“ werden muss.
4. Melk-Station. Hier wird an einer Holzkuh mit Gummieuter um die Wette gemolken.

Informationen dazu finden Sie im Internet auf der Seite: www.schulmilch-echt-cool.de.



● Milchcup NRW

Beim Milchcup wird Tischtennis-Rundlauf in Turnierform gespielt. Auf ideale Weise werden gesunde Ernährung und Bewegung an Schulen bei diesem Projekt der NRW-Schulmilch-Förderung verknüpft. Mit rund 20.000 Schülern pro Jahr ist er bundesweit das größte Tischtennis-Rundlauf-Turnier!

Mitmachen können Kinder der Klassenstufen 3 bis 6 aller Schulen in Nordrhein-Westfalen. Jeweils 4 Schüler und Schülerinnen einer Klasse bilden ein Team. Eine Schulklasse kann mehrere Mannschaften bilden. Zugelassen ist jede bespielfähige Tischtennisplatte.

Über Schulwettkämpfe werden an den Schulen zunächst die besten Mannschaften eines Jahrgangs ermittelt. Diese nehmen dann an den Bezirksturnieren teil und haben die Möglichkeit, sich für die Landesmeisterschaft zu qualifizieren.

Informationen zu dieser Aktion finden Sie im Internet auf der Seite www.milchcup.de.



Haben Sie noch Fragen?

**Ministerium für Klimaschutz, Umwelt,
Landwirtschaft, Natur- und Verbraucherschutz
des Landes Nordrhein-Westfalen**

40190 Düsseldorf

Tel.: 0211 4566-666

Fax: 0211 4566-388

E-Mail: infoservice@mkulnv.nrw.de

Internet: www.umwelt.nrw.de

**Landesamt für Natur, Umwelt und Verbraucherschutz
Nordrhein-Westfalen**

Leibnizstraße 10

45659 Recklinghausen

Tel.: 02361 305-0

Fax: 02361 305-3215

E-Mail: poststelle@lanuv.nrw.de

Internet: www.schulmilch.nrw.de

(Förderrichtlinien, Antragsformulare für Projekt-
förderungen)

**Landesvereinigung der Milchwirtschaft
Nordrhein-Westfalen e.V.**

Bischofstraße 85

47809 Krefeld

Tel.: 02151 4111-400

Fax: 02151 4111-499

E-Mail: info@milch-nrw.de

Internet: www.milch-nrw.de

Herausgeber:

Ministerium für Klimaschutz, Umwelt, Landwirtschaft,
Natur- und Verbraucherschutz des Landes Nordrhein-Westfalen
Referat Öffentlichkeitsarbeit, 40190 Düsseldorf

Fachredaktion:

Referat II-2, Agrarmarkt, Ernährungswirtschaft,
Tierproduktion, Agrartechnik

Gestaltung:

Projekt-PR Gesellschaft für Öffentlichkeitsarbeit mbH, www.projekt-pr.de

Bildnachweis:

Markus Gloger/Joker (T); Thomas Imo/photothek.net; Fotolia (7, 9, 11, R);
Gudrun Petersen/Joker (12); Yvonne Szallies/Intro (13); Landesvereinigung
der Milchwirtschaft e. V. (15–21)

Druck:

dp Moser

Stand:

Februar 2012

Ministerium für Klimaschutz, Umwelt,
Landwirtschaft, Natur- und Verbraucher-
schutz des Landes Nordrhein-Westfalen
40190 Düsseldorf
Telefon 0211 4566-666
Telefax 0211 4566-388
infoservice@mkulnv.nrw.de
www.umwelt.nrw.de

