

## Ankündigung: Neue Bowls in der Schulmensa



Liebe Schülerinnen und Schüler, liebe Eltern und Lehrer,

wir freuen uns, euch mitteilen zu können, dass unsere Schulmensa ab sofort ein neues, aufregendes Konzept umsetzt: Ab jetzt bieten wir ausschließlich Bowls an! Diese Entscheidung haben wir aus verschiedenen Gründen getroffen, die sowohl eure Gesundheit als auch das Wohlbefinden unserer Umwelt betreffen.

### Warum Bowls? ✨

#### 1. Gesunde Ernährung:

Bowls bieten eine ausgewogene Kombination aus Proteinen, Kohlenhydraten und gesunden Fetten. Sie enthalten frisches Gemüse, Getreide, Proteine (wie Hühnchen, Tofu oder Fisch) und gesunde Toppings. Diese Vielfalt an Nährstoffen fördert eine gesunde Ernährungsweise, die euch hilft, konzentriert und energiegeladener durch den Tag zu kommen. 🌿

#### 2. Vielfalt und Geschmack:

Bowls sind unglaublich vielseitig und können an verschiedene Geschmacksrichtungen und Ernährungsbedürfnisse angepasst werden. Egal, ob ihr Vegetarier, Veganer oder Fleischliebhaber seid, es gibt immer eine Bowl, die zu euch passt. Diese Vielfalt ermöglicht es uns, kreative und leckere Gerichte anzubieten, die eure Geschmacksknospen erfreuen. 🍲

#### 3. Nachhaltigkeit:

Durch den Fokus auf frische und saisonale Zutaten reduzieren wir den ökologischen Fußabdruck unserer Mensa. Die meisten unserer Zutaten stammen von lokalen Bauern und Produzenten, was Transportwege verkürzt und die regionale Wirtschaft unterstützt. Zudem verwenden wir umweltfreundliche Verpackungen und reduzieren so den Plastikmüll. 🌍

#### 4. Einfache Handhabung:

Bowls sind praktisch und lassen sich leicht schnell zusammenstellen. Dies reduziert die Wartezeiten in der Mensa und sorgt dafür, dass ihr mehr Zeit zum Essen und Entspannen habt. 🕒

### Was erwartet euch? 🍴

Unsere neuen Bowls werden täglich frisch zubereitet und bieten eine breite Palette an Optionen:

- Proteinkraft: Mit Hühnchen, Quinoa, Brokkoli und Avocado.
- Veggie Delight: Mit geröstetem Gemüse, Kichererbsen, Hummus und Kräutern.
- Mediterrane Magie: Mit Falafel, Oliven, Feta und Tomaten.
- Asiatische Fusions-Bowl: Mit Teriyaki-Tofu, Edamame, Reis und Sesam und ganz ganz viel mehr.

## **Eine gemeinsame Reise 🚀**

Diese Umstellung ist für uns alle neu, und wir wissen, dass es eine gewisse Eingewöhnungszeit benötigen wird. Wir bitten euch daher um eure Geduld und euer Verständnis, während wir uns gemeinsam in dieses neue Konzept einfinden. Wir sind stets bemüht, euren Bedürfnissen und Wünschen gerecht zu werden, und freuen uns über euer Feedback und eure Vorschläge.

## **Eure Meinung zählt! 💬**

Wir möchten eure Meinung hören! Habt ihr Vorschläge für neue Bowl-Kreationen oder Feedback zu unserem neuen Konzept? Teilt es uns mit! Wir sind stets bemüht, eure Wünsche und Bedürfnisse zu berücksichtigen.

## **Snackpause bleibt! 🍞**

Natürlich bleibt die beliebte Snackpause erhalten! Wir bieten weiterhin eine Auswahl an gesunden und leckeren Snacks an, wobei wir auch hier mehr auf ausgewogene Ernährung achten werden.

- CousCous Salate
- Nudelsalat mit Pesto und Oliven
- Klassischer Nudelsalat
- Kartoffel Wedges mit Kräuterquark
- Obstbecher
- Salatbecher
- Baguettes
- Frische Wraps (Vollkorn oder Weizen)
- Quarkbecher mit Obst
- Milchreis mit Zimt

## **Alles hausgemacht und mit viel Liebe zubereitet!**

Wir sind überzeugt, dass unser neues Bowl-Angebot einen positiven Einfluss auf eure Gesundheit und das Mittagessen in der Schule haben wird. Wir freuen uns darauf, euch bald in der Mensa zu sehen und hoffen, dass ihr genauso begeistert von den neuen Bowls seid wie wir! 🎉

Mit freundlichen Grüßen,

Das Mensa-Team