

Schulfrühstück Rezeptvorschläge: (ca. 50 Kinder 1x pro Jahr mit „Wackelzähnen aus dem Kindi)

Wenn möglich immer frische Tücher zum Abtrocknen und Spüli mitnehmen

Obstquark

4 x Himbeerjoghurt Glas 500 g	6 x Sauerrahm 200g
2 x Vanillejoghurt 500 g	2 x Joghurt Natur 500 g
2 kg Bananen	1kg Trauben ohne Kern
2,5kg Äpfel (von Gierers)	1,5 kg Clementinen
1 Pack Haferflocken kleinblatt	½ Packung Cornflakes Classic (normale Cornflakes!)

Alle Joghurt vermischen und den Sauerrahm dazu geben. Danach die Haferflocken dazu geben.

Obst in kleine Stücke schneiden und separat anbieten. Jedes Obst und die Cornflakes in eine extra Schüssel (Schüsseln sind in der Schulküche)

Müsli

4 x Naturjoghurt 1kg Eimer	
2 x Vanillejoghurt 1kg Eimer	1L Milch
2kg Trauben ohne Kern	2kg Bananen
8 Kiwis	2kg Orangen
2,5kg Äpfel	
Cornflakes Classic (Großpackung)	1 Pk Knuspermüsli ohne Rosinen

Obst in kleine Stücke schneiden und jedes Obst separat anbieten.

Joghurt vermischen, Milch, Cornflakes und Müsli ebenfalls separat anbieten.

Gemüsespieße

2 Stk. Gurke	2 x Emmentaler (am Stück)
2 x Mini Tomaten	2 x Mini Wienerle
1,5kg Paprika	
2 Bund Radieschen	1 x Joggingbrot
1 Stk. Kohlrabi	½ Roggenbrot
Für den Dip: (alles verrühren und evtl. mit Salz und Pfeffer würzen)	
500g Quark	2 Pkt Frischkäse natur
2x200 g Joghurt natur	1 Pkt Frischkäse Kräuter

Gemüse, Käse und Wienerle in mundgerechte Stücke schneiden und auf den Spieß stecken. Einige Spieße ohne Wurst und einige ohne Käse zubereiten. Brot separat (in ½ Scheiben schneiden) und kleine Stücke auch teilweise mit auf die Spieße stecken.

Apfelkühle

Je nach Schüleranzahl wird ca. die 6-fache Menge des Rezepts benötigt.

Zutaten:	250 g Margerquark	300 g Mehl
	½ Pk Backpulver	100 g Zucker
	2 Eier	6 El Öl
	1 Pk Vanillezucker	
	ca 4-5 Äpfel in Stücke geschnitten oder gehobelt	

Alles zusammen verrühren, auf einem Blech kleine Häufchen (ca 1 gehäufte Esstabelle) machen und bei 200 Grad ca. 25 min backen bis leichte Bräunung erreicht ist.

Apfelküchle werden bereits am Vorabend von den jeweiligen Müttern vorbereitet und morgens gg. 9.00 Uhr in die Schule gebracht.

Am und während des Frühstücks genügen 2 Mütter zum Helfen. Die Apfelküchle werden in großen Schüsseln angeboten.

Schnittlauchbrote

4x Frischkäse	7 Bund Schnittlauch
3 Paprika rot	4 x Mini Tomaten
2 Bund Radieschen	
1 Joggingbrot	2 Dosenbrot
1 Roggenbrot	

Brote mit Frischkäse bestreichen, Gemüse in kleine Stücke schneiden und auf die Brote garnieren. Schnittlauch auf die Brote streuen.

Gemüseaufstrich

Für den Aufstrich:

600 g Frischkäse mit Kräuter	500 g Quark
------------------------------	-------------

Zum Garnieren:

3 x Gurke	2 x Mini Tomaten
2 x Radieschen	500 g Paprika bunt
1 Roggenbrot	1 Weizenbrot
1 kl. Vollkornbrot	

Das Gemüse klein schneiden und auf den Brotaufstrich garnieren.

Obstquark

2 kg Himbeeryoghurt	1 kg Vanillejoghurt
3 kg Naturjoghurt	6 Becher (200g) Sauerrahm
2 kg Bananen	2 kg Trauben
1 Melone	2 kg Äpfel
1 Pack Haferflocken kleinblatt zart	

Joghurt vermischen und Sauerrahm dazugeben, Haferflocken untermischen

Obst in kleine Stücke schneiden und separat anbieten. Jedes Obst in eine extra Schüssel (wenn möglich Schöpflöffel mitnehmen)

Erdbeerquark

8 kg Erdbeeren
(wenn der Preis noch so hoch ist, geht auch ½ Menge Erdbeeren und 3 kg Bananen)
2,5 kg Quark 3 kg Naturjoghurt
1 kg Vanillejoghurt 2 Tüten Cornflakes

Erdbeeren in kleine Stücke schneiden, Quark und Joghurt vermischen und Erdbeeren darunter mischen. Eine Schüssel Erdbeeren (Bananen) separat anbieten, Cornflakes ebenfalls (wenn möglich Schöpflöffel mitnehmen)