

EU-Schoolfruit

Informatie voor
ouders en verzorgers



Wat is EU-Schoolfruit?

Van **9 november 2026** tot en met **16 april 2027** ontvangen leerlingen op onze school drie porties groente en fruit per week. Onze school doet namelijk mee aan het EU-Schoolfruit- en groenteprogramma. Je kind(eren) krijgt daarbij les over fruit, groente en gezonde voeding. Daarnaast werken we aan een schoolfruitbeleid met vaste groente- en fruitmomenten, zodat gezond eten een blijvende gewoonte wordt op school.

EUROPEES
schoolfruit
en -groente
PROGRAMMA

De school kan je **hulp** goed gebruiken!

Hoe je kunt helpen:

- Help mee met het klaarmaken en uitdelen van het groente en fruit. Meld je hiervoor aan bij de schoolfruitcoördinator.
- Geef ook groente en fruit mee op de dagen dat er geen groente en fruit van EU-Schoolfruit wordt uitgedeeld. Vraag de schoolfruitcoördinator op welke dagen het groente en fruit geleverd wordt.
- Praat via de MR mee over het beleid rondom eten en drinken op school. Bekijk ook onze website voor tips: www.wijkiezengroenteenfruit.nu
- Schrijf je in voor de oudernieuwsbrief via euschoolfruit.nl/schoolfruitnieuwsbrief. Zo zie je elke week welk groente en fruit geleverd wordt. Dit is per leverancier verschillend. Vraag de schoolfruitcoördinator wie jullie leverancier is.

Praktische tips

- Geef niet alleen fruit mee maar ook groente. Denk aan komkommer, wortel, tomaatjes of paprika.
- Kies op een drukke dag voor groente en fruit dat je gemakkelijk mee kunt geven.
- Laat je kind(eren) ook thuis dagelijks kennismaken met verschillende soorten groente en fruit.
- Leg groente en fruit voor het grijpen en eet er zelf natuurlijk ook van.

Smaakwereld

Kun je een pizza maken van watermeloen?
Hoe maak je een mini-moestuin op je balkon?
En hoe wordt drinkwater gemaakt?

Leer samen met je kind(eren) over voeding.
Ga aan de slag met de interactieve klikplaat
de Smaakwereld via www.smaakwereld.nl!



Bruine appel-proefje

Dit heb je nodig:

1 appel, 1 citroen, en een mes

- Snijd de appel en de citroen doormidden.
- Knijp een beetje citroensap over één helft.
- Laat de andere helft zoals hij is.
- Wacht 10 tot 15 minuten.

Wat zie je? Worden beide appelhelften even bruin? Of zie je verschil?
Waarom gebeurt dit?

Ontdek het in de Smaakwereld!

Tip! Maak van de rest van de citroen lekkere schijfjes voor in je water!

Smaak is iets wat je kan ontwikkelen!

Soms zijn kinderen pas gewend aan een smaak na 10 tot 15 keer proberen. Met EU-Schoolfruit proeven de kinderen verschillende soorten groente en fruit. Ook als kinderen nog niet veel durven te proeven, doen ze in de klas vaak lekker mee. Want in de praktijk blijkt: zien eten, doet eten.

Ben je benieuwd naar interessante weetjes en praktische tips om thuis samen met je kind(eren) aan de slag te gaan met gezonde voeding?

Meld je dan aan voor de nieuwsbrief voor ouders en verzorgers!

www.euschoolfruit.nl/schoolfruitnieuwsbrief

Contact

Steunpunt Smaaklessen,
EU-Schoolfruit & EU-Schoolzuivel

☎ 0317 48 59 66

✉ info@euschoolfruit.nl

🌐 www.euschoolfruit.nl

Het EU-Schoolfruit- en groenteprogramma is een initiatief van de Europese Unie, het ministerie van Landbouw, Visserij, Voedselzekerheid en Natuur, Rijksdienst voor Ondernemend Nederland en het Steunpunt Smaaklessen, EU-Schoolfruit & EU-Schoolzuivel. Het Steunpunt is onderdeel van Wageningen University & Research. Stichting Voedingscentrum Nederland en het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport ondersteunen het programma.



Het EU-Schoolfruit- en groenteprogramma wordt gefinancierd door de Europese Unie.

