



**Leerlingen van basisschool De Uitleg leerden een week lang alles over voeding en beweging. De themawEEK werd afgesloten met een gezamenlijke lunch. | foto De Uitleg**

## De Uitleg krijgt les over eten

Onze goeie ouwe frikadel, die alweer 50 jaar bestaat, heeft 210 kilocalorieën. De hamburger heeft minder kilocalorieën weten de leerlingen van basisschool De Uitleg. Afgelopen week sloten ze het project over voeding en beweging af met een gezamenlijke lunch en mochten de ouders 'de Gezondheidsquiz' invullen, de BMI berekenen en werd de schijf van vijf gepresenteerd op allerlei originele manieren. Van groep 1 t/m 8 werd aandacht besteed aan smaken en ontdekken zodat kinderen vanuit hun eigen interesse en nieuwsgierigheid leren bewuste en gezonde voedselkeuzes te maken. Ook werd de Eet- en Beweegkalender bijgehouden met vragen als: Heb je vandaag ontbeten en hoe lang heb je vandaag gecomputeerd? Stichting Voedingscentrum Nederland gaf veel inspiratie om met de kinderen aan de slag te gaan over dit onderwerp.

