

# Stefan Marquard

## *Sterneküche macht Schule*

### *genial einfach - einfach anders*



## **Tagesablauf für den Aktionstag mit Stefan Marquard am 28. März 2023 an der Landrat-Gruber-Schule in Dieburg**

### **07:30 Uhr: Begrüßung Kochmannschaft und Verantwortliche der Schule**

Besprechung des Aktionstages und des geplanten Menüs in der Mensa.

### **07:35 Uhr: Eintreffen Schülergruppe (ca. 20 Schüler:innen)**

Begrüßung und Koordination durch Stefan Marquard.

### **Ab 07:45 bis 12:45 Uhr: Gemeinsames Kochen mit Kochmannschaft und Schülergruppe**

- **07:45 bis 10:55 Uhr - Schülergruppe 1:** Zubereitung von ca. 50 Portionen Aufstriche für Pausenverpflegung zweite Pause.
- **7:45 bis 12:45 Uhr - Schülergruppe 2:** Zubereitung von ca. 80 Mittagsmenüs.

### **Ab 12:30 Uhr: Ggfs. Eintreffen der geladenen Gäste und Medienvertreter**

Die Schulleitung begrüßt die Gäste und Medien. Persönliche Vorstellung von Stefan Marquard, mit dem Projekt „Sterneküche macht Schule“ sowie Vorstellung eines Mitarbeiters der Krankenkasse KNAPPSCHAFT, die das Präventionsprojekt unterstützt und finanziert. Wenn gewünscht, Grußwort einer/eines Verantwortlichen des Schulträgers oder Gemeinde.

### **12:45 Uhr bis 13:15 Uhr: Gemeinsames Mittagessen**

### **14:45 bis 16:00 Uhr: Kochschulung mit der Kochmannschaft und weiteren Interessenten**

Stefan Marquard zeigt:

- Gemüse aktivieren
- Fisch, Fleisch & Geflügel alternativ garen

### **16:00 Uhr: Abschlussbesprechung und Diskussion (mit Kochmannschaft u. Schulleitung)**

- Wünsche, Anregungen und Ideenaustausch zur Organisation und zu den Räumlichkeiten.
- Zusammenfassung der wesentlichen Erkenntnisse des Tages.
- Resümee – gemeinsame Dokumentation der Arbeitsergebnisse für die zukünftige Schulverpflegung dieser Schule?
- Aufzeigen weiterer Gerichte und Kombinationsmöglichkeiten.
- Was wollen wir künftig angehen?
- Wie sichern wir nachhaltig den Erfolg des Tages?