

Gutschein für eine Flasche Seezüngle (0,33 l)



einzulösen bis 31.10.2026 bei:

**pur natur
Reformhaus Merk**

Kottener Str. 78-80, 87435 Kempten
Ursulasrieder Str. 2, 87437 Kempten
An der Sutt 10, 87435 Kempten

**Naturecke Haldenwang
BioWelten**

Hauptstr. 29, 87490 Haldenwang
Liststr. 22, 87509 Immenstadt

Reformhaus König

Kapuzinergasse 2, 87509 Immenstadt

BIO TOP Naturkostmarkt

Blumenstr. 2, 87527 Sonthofen

Lokalwaren Rothkreuz

Lindauer Str. 209, 87435 Kempten

Bioland Gemüsebau Hiedl

Wasserschwenden 8, 87452 Altusried

pro Kind ein Gutschein einlösbar

Tipps für ein gesundes Schulfrühstück

Frisch, saisonal und regional soll es sein!

Mit wenigen Handgriffen lässt sich die Brotzeitbox täglich mit einem leckeren, selbst zubereiteten Pausenbrot befüllen – frisch, regional und saisonal. Je nach Jahreszeit und den Vorlieben Ihres Kindes bieten sich knackige Gemüsesticks oder Obststücke an, zum Beispiel von Äpfeln, Karotten, Kohlrabi oder Cocktailtomaten. So sorgt schon die Auswahl der Zutaten ganz automatisch für Abwechslung.

Herzhaft kann es sein!

Als Basis eignen sich eine Scheibe Vollkorn- oder Knäckebrötchen oder eine Vollkornsemmel. Belegt mit Frischkäse, Käse, Wurst oder herzhaften Aufstrichen aus dem Bio- oder Reformhaus entsteht im Handumdrehen ein vollwertiger Snack.

Trinken nicht vergessen!

Empfehlenswert sind Wasser, ungesüßte Früchte- oder Kräutertees sowie Saftschorlen – idealerweise in einer umweltfreundlichen Mehrwegflasche.

Das Auge isst mit!

Freude beim Essen kommt auf, wenn ein Radieschen wie eine Blume geschnitten ist, das Pausenbrot Beeren-Augen und einen lachenden Gurken-Mund hat oder ein kunterbunter Obstspieß in der Brotzeitbox liegt.



ZAK Brotzeitdose

bio, regional, fair,
umweltfreundlich

eine Gemeinschaftsaktion
vom Bio-Ring Allgäu e.V. und ZAK



Liebe Eltern,

mit einem frischen und gesunden Frühstück fängt der Schultag gut an! Für Kinder ist eine abwechslungsreiche und vollwertige Ernährung wichtig. Die ZAK Brotzeitdose ist dafür seit vielen Jahren eine optimale Starthilfe. Damit können Sie Ihrem Kind ein Pausenfrühstück in einer praktischen Aufbewahrungsbox in den Schulranzen packen, am besten möglichst mit biologischen, fairen und regionalen Produkten aus dem Allgäu.

Die Schirmherrschaft für das Projekt haben:



Christian Wilhelm
Landrat des
Landkreises Oberallgäu



Christian Schoch
Oberbürgermeister
der Stadt Kempten



Zum Bio-Einkaufsführer:
www.bioeinkauf-allgaeu.de



Mehr Tipps zur Abfallvermeidung:
www.zak-kempten.de



Warum eine Brotzeitdose zum Schulstart?

Zum Start in den Schulalltag schenken der Bio-Ring Allgäu und der ZAK den Erstklässler:innen seit dem Jahr 2010 gemeinsam eine wiederverwendbare Brotzeitdose, gefüllt mit Bio-Lebensmitteln.

Abfallvermeidung

Die ZAK Brotzeitdose ist ein praktischer Begleiter im Schulalltag. Sie kann über viele Jahre hinweg genutzt werden und hilft dabei, Verpackungsabfälle nachhaltig zu reduzieren. Der Kunststoff ist langlebig, lebensmittelecht und enthält keine schädlichen Inhaltsstoffe. Für die Herstellung werden deutlich weniger Rohstoffe und Energie benötigt als bei Materialien wie Aluminium, und am Ende ist die Dose zu 100 % recycelbar.

Bewusster Einkauf

Im Allgäu wachsen viele Lebensmittel in Bio-Qualität. Zertifizierte Bio-Produkte schmecken nicht nur besser, sie sind auch gesünder, denn sie enthalten weniger Nitrat und Rückstände chemisch-synthetischer Pflanzenschutzmittel. Und mit jedem Einkauf wird gleichzeitig die Landwirtschaft in der Region unterstützt.

Nicht alle Lebensmittel können in unserer Region angebaut werden. Hier gibt das FairTrade Siegel die Sicherheit, dass faire Arbeits- und Umweltbedingungen bei der Produktion eingehalten wurden.

Die Sponsoren



Landkreis
Oberallgäu



Stadt
Kempten



Entdecke Deutschlands größtes Bergspiel-Abenteuer!
Direkt an der Bergstation der Alpesee Bergwelt.



Der Buron Kinderpark lässt Kinderherzen höher schlagen. Viele Spielgeräte stehen zum Spielen, Toben und Entdecken bereit.