



Sehr geehrte Damen und Herren,

in der Kalenderwoche 20 (14.05.18 bis 17.05.2018) liefern wir im Rahmen des Schulobstprogramms:

Standard 1 (1 Stück = 1 Portion)

Bio-Karotten

Ursprung: Spanien

Lieferant: Kauffmann

Die Karotte (*Daucus carota*) ist ein Wurzelgemüse und gehört zur Familie der Doldengewächse (*Apiaceae*). Die früheren Karotten waren violett oder gelb gefärbt. Vor etwa 5000 Jahren wurden Karotten erstmals kultiviert. Die Ursprungsgebiete sind die heutigen Regionen um Afghanistan, Pakistan und den Iran. Über den Mittleren Osten und Nordafrika gelangte die Möhre im 12. Jahrhundert nach Spanien. Im 13. Jahrhundert nach Italien und im 14. Jahrhundert nach Deutschland, Frankreich und Holland. Die ersten orangefarbenen Karotten sind vermutlich im 17. Jahrhundert in den Niederlanden entstanden. Die Karotten stammen aus "kontrolliertem biologischen Anbau" gemäß der EG-Öko-Verordnung. In Deutschland sind Bio-Produkte mit dem 6-eckigen Bio-Siegel (www.bio-siegel.de) gekennzeichnet. Alle Betriebe, die Bioprodukte anbauen, herstellen oder handeln, müssen sich von einer Öko-Kontrollstelle überwachen lassen. Auch die spanischen Anbauer werden gemäß europäischer Öko-Verordnung kontrolliert.

Standard 2 (1 Stück = 1 Portion)

Bananen, Snack

Ursprung: Costa Rica

Lieferant: Del Monte

Die Banane gehört zur Familie der Bananengewächse (*Musaceae*) und ist weltweit die zweitwichtigste Obstart nach den Zitrusfrüchten. Das Grenzzentrum liegt in Südostasien, von Indien bis Papua-Neuguinea, wo Bananen schon vor 4.500 Jahren kultiviert wurden. Alle essbaren Bananen stammen entweder von *Musa Acuminata* oder *M. balbisiana* oder von beiden ab. Der Anbau erfolgt heute weltweit in den feuchten Tropen beiderseits des Äquators bis zum 30. Breitengrad, teilweise auch in den Subtropen und Gebieten mit mediterranem Klima.

Hinweis des Dienstleistungszentrums Ländlicher Raum Rheinpfalz Neustadt/Wstr.:

Bananen sind nach den Äpfeln das beliebteste Obst bei uns in Deutschland.

Sie haben einen hohen Kohlenhydrat- und einen relativ geringen Wassergehalt. 100g Bananen enthalten 392 KJ/ 94 kcal. Sie eignen sich besonders als Verpflegung vor, während und nach dem Sport. Die Kohlenhydrate der Banane werden leicht verdaut und geben dem Körper schnell Energie.

Bananen enthalten Vitamin B6 und Vitamin C, außerdem die Mineralstoffe Kalium, Magnesium und Mangan. Die Früchte sind natriumarm und haben einen geringen Säureanteil.

Sonder (1 Stück = 1 Portion)

Bananen, Snack

Siehe Standard 2

Mit freundlichen Grüßen

Ihr Schulobstteam