



# Mein Frühstück



Projekt | 2018/19

## Inhaltsverzeichnis

<b>Projektidee</b>	<b>3</b>
<b>Projektpartner</b>	<b>5</b>
<b>Wir und unser Lieblingsfrühstück</b>	<b>6</b>
<b>Die Auswertung der Umfrage</b>	<b>7</b>
<b>Unser traditionelles Frühstück</b>	<b>11</b>
<b>Mehrsprachiges Wörterbuch</b>	<b>15</b>
<b>Wochenplan Gesundes Frühstück</b>	<b>25</b>

## Projektidee

In unserem Projekt befassten wir uns mit dem Thema Frühstück und beleuchteten es aus mehreren Blickwinkeln.

»Glück und Unglück ist aller Morgen Frühstück«, besagt ein deutsches Sprichwort.

Wir wollten mehr über die Frühstücksgewohnheiten in der EU erfahren und somit auch die Vielfalt kennenlernen und erleben. Ferner erstellten wir in der Kooperation mit unseren Projektpartnern ein mehrsprachiges Wörterbuch und einen Wochenplan für ein gesundes Frühstück.

Mit dem Projekt wollten wir nicht nur die Fremdsprachenkenntnisse unserer Schüler verbessern sondern sie auch über die Bedeutung eines gesunden Frühstückstücks informieren.

Daher drehten die Schüler kurze Videos oder veröffentlichten Fotos und eine Beschreibung über ihr Lieblingsfrühstück.

In einem Online Treffen sprachen die Schüler gemeinsam über ihr Lieblingsfrühstück und hatten die Möglichkeit den Projektpartner Fragen zum Thema zu stellen.

Die Schüler nahmen im Twinspace an einer Umfrage zum Thema Frühstücksgewohnheiten teil, erstellten in der Kooperation mit den Projektpartnern eine Google Präsentation über das traditionelle Frühstück in ihrem Land und ein mehrsprachiges Wörterbuch zum Thema Frühstück. Somit bekamen sie einen Einblick in die

Frühstücksgewohnheiten und Frühstückstraditionen der EU, sowie die Gelegenheit ihr Kulturbewusstsein und die kulturelle Ausdrucksfähigkeit zu vertiefen.

Im Projekt war es uns sehr wichtig, dass sich alle Teilnehmer als gleichwertige Partner fühlten, egal wie gut ihre Deutschkenntnisse sind und die Möglichkeit bekamen zu zeigen was sie können. Daher differenzierten und individualisierten die Lehrerinnen das Material und die Methoden je nach den Bedürfnissen ihrer Schüler.

Das Twinspace zu unserem Projekt:

<https://twinspace.etwinning.net/87837/home>

## Projektpartner

- Grundschule Apače, Slowenien  
Osnovna šola in vrtec Apače, 9253 Apače, Slowenien  
Schüler der 9.Klasse  
Lehrerinnen: Renata Jakič und Elizabeta Šajnovič
- Grundschule Łopiennik Nadrzeczny, Polen  
Łopiennik Nadrzeczny 5a, 22-351 Łopiennik Górny, Polen  
Schüler der 7. Klasse  
Lehrerin: Beata Stępniewska
- Grundschule Kázmér Batthyány Siklós, Ungarn  
7800 Siklós, Köztársaság tér 6.  
Schüler der 5.b Klasse  
Lehrerin: Nagyváradiné Horváth Mónika

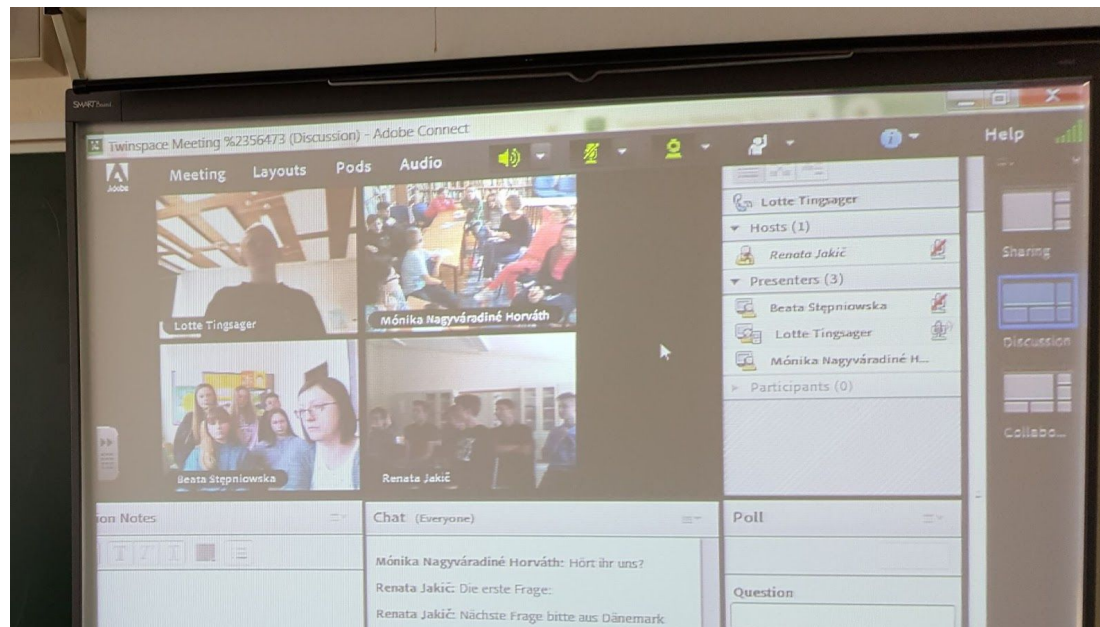
- Grundschule Tarup Skole, Dänemark  
Tarupgårdsvej 1, 5210 Odense NV  
Schüler aus der 6.b Klasse
- Grundschule “Dragan Lukić”, Serbien  
Nede Spasojević 6, 11070 Beograd  
Schüler aus der 6. Klasse  
Lehrerin: Vesna Randelov
- Das 8-jährige Gymnasium der heiligen Kyrill und Method  
Duchnovičová 24, 06601 Humenné  
Schüler aus der dritten Klasse des 8-jährigen Gymnasiums  
Lehrerin: Veronika Michalenková

## Wir und unser Lieblingsfrühstück

Die Schüler drehten Videos zu ihrem Lieblingsfrühstück, erstellten Google Slides und ein Padlet mit Fotos, Videos und Beschreibungen.

Auf der Twinspaceseite könnt ihr alle Beiträge sehen. <https://twinspace.etwinning.net/87837/pages/page/600316>

In einem Onlinetreffen sprachen die Schüler über ihr Lieblingsfrühstück, stellten darüber Fragen und lernten sich näher kennen.



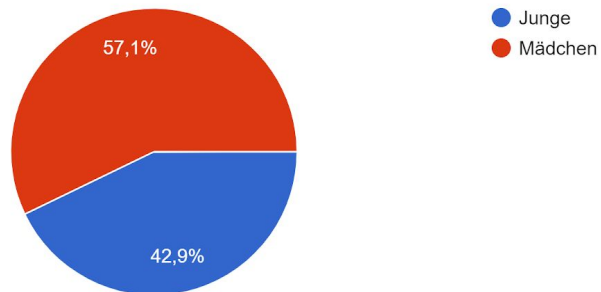
## Die Auswertung der Umfrage

Die Schüler formulierten Fragen für eine Online Umfrage zu den Frühstücksgewohnheiten der Projektteilnehmer und erstellten mit Hilfe der Lehrerin eine Umfrage in Google Forms. Viele der Twinspacemitglieder nahmen an der Umfrage teil.

### Unsere Frühstücksgewohnheiten

Ich bin ein ...

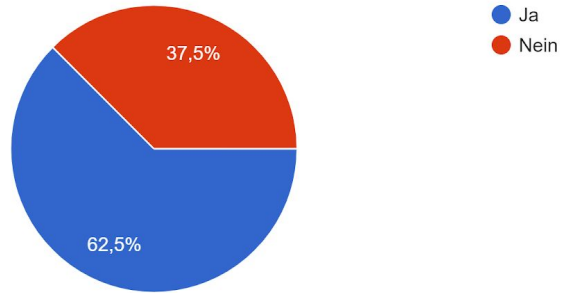
56 odgovorov





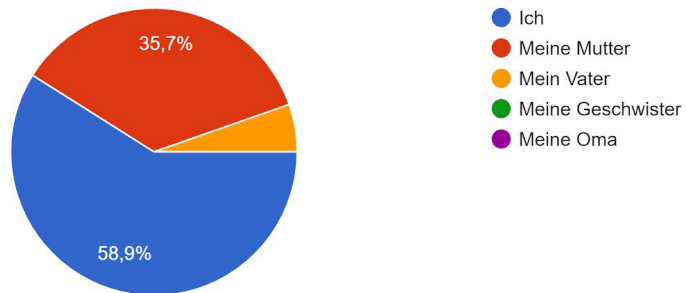
### Isst du jeden Tag Frühstück?

56 odgovorov



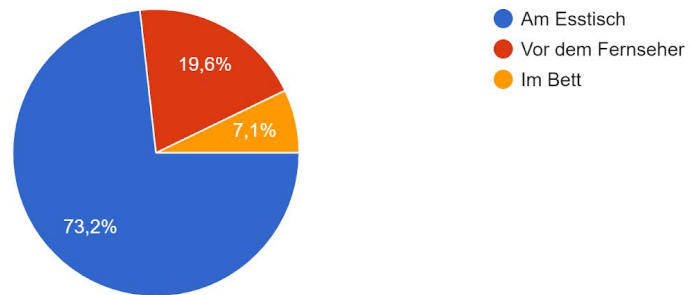
### Wer bereitet dein Frühstück vor?

56 odgovorov



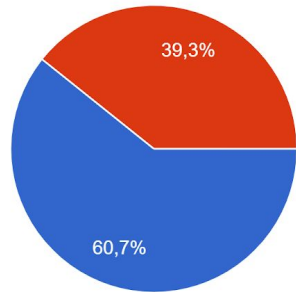
## Wo frühstückst du jeden Tag?

56 odgovorov



## Wie lange frühstückst du?

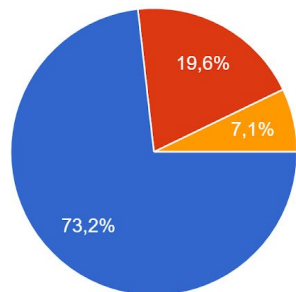
56 odgovorov



- Ein paar Minuten, ich esse nur schnell etwas.
- Ich nehme mir Zeit und genieße mein Frühstück.

## Wo frühstückst du jeden Tag?

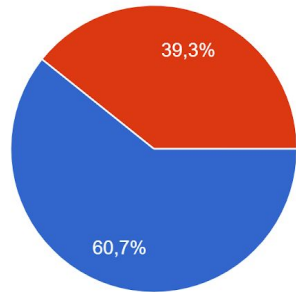
56 odgovorov



- Am Esstisch
- Vor dem Fernseher
- Im Bett

## Wie lange frühstückst du?

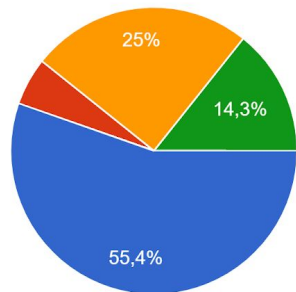
56 odgovorov



- Ein paar Minuten, ich esse nur schnell etwas.
- Ich nehme mir Zeit und genieße mein Frühstück.

## Mit wem frühstückst du unter der Woche?

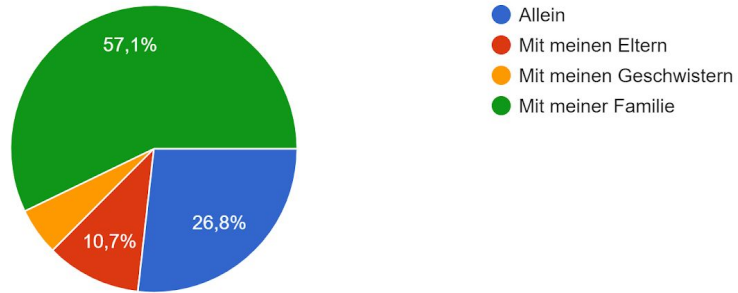
56 odgovorov



- Allein
- Mit meinen Eltern
- Mit meinen Geschwistern
- Mit meiner Familie

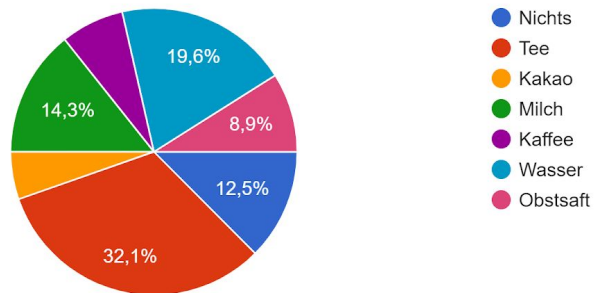
## Mit wem frühstückst du am Wochenende?

56 odgovorov



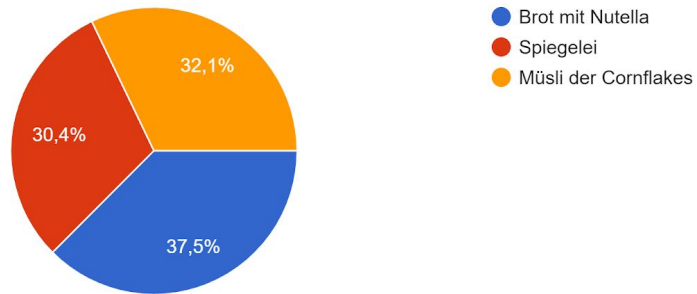
## Was trinkst du zum Frühstück?

56 odgovorov



## Zum Frühstück esse ich lieber ...

56 odgovorov



## Unser traditionelles Frühstück

### SLOWENIEN

Zu einem traditionellen slowenischen Frühstück gehören Blütenhonig, Butter, frische warme Milch und Äpfel aus der Region. Nicht fehlen darf eine Scheibe Bauernbrot,

Anja



## Osterfrühstück in Slowenien



In Slowenien haben wir auch ein traditionelles Osterfrühstück. Bei einem traditionellen slowenischen Osterfrühstück dürfen Brot, gekochte und bunt gefärbte Eier, die sogenannte "pisanka", Meerrettich, Schinken, Wurst, geräuchertes Fleisch und potica ( das ist ein Süßgebäck mit Mohn oder Nuss füllung) nicht fehlen.

Larisa. 9. Klasse



## UNGARN

Viele Leute essen zum Frühstück in Ungarn kalte Platte, also Sandwich aus Weißbrot, seltener aus Vollkornbrot. Einige Leute essen Fruchtjoghurt mit Cornflakes oder Müsli, Kekse. Wir trinken Milch, Kakao, Milchkaffee oder Tee. Am Wochenende essen die Leute in Ungarn gern Rührei, Würstchen und natürlich auch kalte Platte.

## SERBIEN

In Serbien essen die Leute zum Frühstück meistens Spiegelei, Pizza, Prženice (Arme Ritter), Wurstbrot, Käsebrot, Marmelade und Butter oder Ähnliches.

Sie trinken Joghurt, Milch, Kakao, Tee, Kaffee oder Wasser.

## LITAUEN

In Litauen essen die Leute zum Frühstück meistens Spiegelei, Käsebrot, Butterbrot mit Butter, gekochte Würstchen oder Eier.

Sie trinken Tee, Kaffee oder Saft.



## DIE SLOWAKEI

In der Slowakei essen die Leute zum Frühstück meistens Rührei, Spiegelei mit Speck, Brot und Gemüse dazu, aber auch Brot mit Marmelade. Manche Leute essen gern auch Müsli mit Milch und Obst. Die Leute trinken gern Kaffee oder Tee zum Frühstück.



# POLEN

Ein traditionell polnisches Frühstück umfasst Brot/Brötchen mit Aufschnitt, Käse, dazu Salat und Tomaten. Eierspeisen sind auch sehr beliebt - in Form von gekochten Eiern oder Rührei.

Zum Frühstück trinken Polen gern schwarzen Tee mit Zucker oder Milchkaffee.



# Dänemark

In Dänemark haben wir ein klassisches Frühstück. Ein klassisches Frühstück besteht aus Semmel, Butter, Käse, Marmelade, Rühreier, Wurst und saft. Wir lieben auf Funen ein Kuchen "Brunsviger" genannt. Es ist ein Orts Kuchen und schmeckt sehr lecker.



Der Rezept bekommt ihr hier: [Brunsviger](#)

## Unser mehrsprachiges Wörterbuch zum Thema Frühstück

### Frühstückswörterbuch

							
Frühstück	Morgenmad	zajtrk	raňajky	doručak	śniadanie	reggeli	pusryčiai
Tee	Te	čaj	čaj	čaj	herbata	tea	arbata
Wasser	Vand	voda	voda	voda	woda	víz	vanduo
Kaffee	Kaffe	kava	káva	kafa	kawa	kávė	kava
Smoothie	Smoothie	smuti	smoothie	smuti	smoothie	turmix	kokteilis
Milch	Mælk	mleko	mlieko	mleko	mleko	tej	pienas
Obstsaft	frugtjuice	sadni sok	ovocná šťava	voćni sok	sok owocowy	gyümölcslé	sultys
Kakao	Kakao	kakav	kakao	kakao	kakao	kakaó	kakava
Limonade	Limonade	limonada	limonáda	limunada	lemoniada	limonádé	limonadas
Cappuccino	cappuccino	kapučino	kapučino	kapučino	cappuccino	kapucsínó	kapučino
Eistee	Iste	ledeni čaj	ľadový čaj	ledeni čaj	herbata mrożona	jeges tea	šalta arbata
Toast	Toast	tost	toast	tost	tost	pirítós	skrudinta duona

Vollkornbrot	Fuldkornsbrød	polnoznati kruh	celozrný chlieb	hleb sa celim zrnom	Pieczyno peľnoziarniste	teljes kiõrlésű kenyér	pilno grũdo duona
Baguette	Baguette	francoska ŝtruca	bageta	baget	bagietka	bagett	prancũziŝkas batonas
Weißbrot	franskbrød	beli kruh	biely chlieb	beli hleb	biały chleb	fehér kenyér	balta duona
Dunkelbrot	Mørkt brød/ rugbrød	pirin kruh	ŝpaldový chlieb	crni hleb	chleb orkiszowy	barna kenyér	juoda duona
Brot	brød	kruh	chlieb	hleb	chleb	kenyér	duona
Brõtchen	bolle	žemlja	žemľa	zemičke	buľka	zsemle	bandelė
Butter	Smør	maslo	maslo	maslac	masło	vaj	sviestas
Marmelade	Marmelade	marmelada	džem	marmelada	džem	lekvár	uogienė
Joghurt	Yogurt	jogurt	jogurt	jogurt	jogurt	joghurt	jogurtas
Käse	Ost	sir	syr	sir	ser	sajt	sũris
Calcium	calcium	kalcij	kalcium	kalcium	wapń	kálcium	kalcis
Vitamine	Vitamin	vitamini	vitamíny	vitamini	witaminy	vitamin	vitaminai
Kohlenhydrate	kulhydrater	ogljikovi hidrati	sacharidy	ugljeni hidrati	węglowodany	szėnhidrát	angliavandeniai
Vitamin-B	Vitamin-B	vitamin B	vitamín B	vitamin B	witamina B	B-vitamin	vitaminas B
Vitamin-C	Vitamin-C	vitamin C	vitamín C	vitamin C	witamina C	C-vitamin	vitaminas C
Ballaststoffe	fibre		vlákniny	prehramben a vlakna	blõnnik	rostanyagok	maisto medžiagos
Eisen	jern	železo	železo	gvoždė	želazo	vas	geležis
Magnesium	Magnesium	magnezij	magnėzium	magnezium	magnez	magnėzium	magnis
Pfannkuchen	pandekager	palaćinke	palacinky	palaćinke	naleŝnik	palacsinta	blynai
Obst	frugt		ovocie	voce	owoce	gyũmõlcs	vaisia
Schinken	Skinke		ŝunka		szynka	sonka	kumpis

<b>Nutella</b>	<b>Nutella</b>		<b>nutella</b>	<b>Nutela</b>	<b>nutella</b>	<b>nutella</b>	<b>nutela</b>
<b>Ei</b>	<b>Æg</b>		<b>vajíčko</b>	<b>jaje</b>	<b>jajko</b>	<b>tojás</b>	<b>kiaušinis</b>
<b>Spiegelei</b>	<b>spejlæg</b>		<b>volské oko</b>		<b>jajko sadzone</b>	<b>tükörtojás</b>	<b>kiaušiniene</b>
<b>Honig</b>	<b>honing</b>		<b>med</b>	<b>med</b>	<b>miód</b>	<b>méz</b>	<b>medus</b>





## Wochenplan - gesundes Frühstück

Die Schüler erstellten in kooperativer Zusammenarbeit mit den Projektpartnern, in gemischten Gruppen, Wochenpläne für ein gesundes Frühstück.



Die slowenischen Schüler arbeiten am Wochenplan mit ihren Partnern aus Polen, Ungarn und Serbien.

## Wochenplan Nr. 1

Montag	Müsli mit Haferflocken: Joghurt, Honig, Nusskerne, Obst (Bananen, Erdbeeren, Blaubeeren), Chiasamen und zum Trinken Milch oder Tee.
Dienstag	Gebackener Toast mit Avocadoaufstrich: Belag (Paprika). Zum Trinken Erdbeeren-Bananen-Smoothie
Mittwoch	Sandwich mit Butter, Salami, Käse und Paprika. Zum Trinken Limonade
Donnerstag	Gebackener Toast mit Spiegelei und Speck so wie Gemüse (Paprika, Gurken...) zum Trinken gibt es Orangensaft oder Tee ohne Zucker..
Freitag	Kuchen mit Butter, Marmelade oder Honig. Zum Trinken Kakao
Samstag	Grießbrei mit Obst oder Zimt, oder Kakao. Zum Trinken Milch.
Sonntag	Butterbrot, Schinken, gekochtes Ei, Meerrettich. Zum Trinken Tee mit Zitrone.

## Wochenplan Nr. 2

Montag	Vollkornbrot mit Quark(ohne Zucker, 5,2% Fett), grüne Paprika, Früchtetee mit Honig und Zitronensaft
Dienstag	Pfannkuchen mit Erdbeeren und Honig, Milch zum Trinken
Mittwoch	Vollkornbrot mit Quark und Radieschen, Orangensaft frisch gepresst
Donnerstag	Vollkornbrot mit Humus(gekochte Kichererbsen, Knoblauch, ein bisschen Salz, Sesampaste zu einem Aufstrich mahlen) und dazu frische Limonade
Freitag	Gebackene Hirse mit Bananengeschmack und Kirsch-Beeren-Sauce
Samstag	Vollkorntoast mit Spiegelei und Schnittlauch, Tomatensaft
Sonntag	Omelett mit Avocado, Paprika, Tomaten und Petersilie. Himbeeren-Orangen-Smoothie.

## Wocheplan Nr. 3

Montag	Vollkornbrot mit Avocado-Pasta, Spiegelei und Gurken, Orangensaft
Dienstag	Spinatpfannkuchen mit Quark und Radieschen, Wasser mit Zitrone
Mittwoch	Rührei mit Tomaten und Schnittlauch und Orangensaft.
Donnerstag	Obstsalat: Kiwi, Banane, Erdbeere, Orange, Mango, Apfel, Ananas, Granatapfel, Walnusskerne, Grapefruit, Himbeeren
Freitag	Thunfisch mit Zwiebel und Wasser
Samstag	Arme Ritter mit Marmelade und Tee ohne Zucker
Sonntag	Schinken und Käse Toast und Erdbeeren und Smoothie mit Brombeeren, Spinat, Mango, Bananen und Leinsamen



Die ungarischen Schüler bereiteten in der Schule ein gesundes Frühstück vor.