

## ***Kindermenu 2.0***

In restaurants bestaat een kindermenu vaak uit patat met een frikandel of kroket óf een pannenkoek. Maar het kan ook gezonder! Provincie Drenthe, Jong Leren Eten en Drenthe gezond dagen dit jaar de basisscholen, kinderopvang én ook de ouders uit om samen met de kinderen, mee te doen aan de receptenwedstrijd 'Kindermenu 2.0'. Het doel van de wedstrijd is om een lekker, regionaal én gezond kindermenu op de kaart te krijgen bij Drentse restaurants.

### *Doe mee!*

Weet jij ook een lekker en gezond recept? Doe dan mee met deze derde editie van Kindermenu 2.0!

Stuur voor **28 maart 2021** een recept naar Drenthe gezond, [dvandekant@sportdrenthe.nl](mailto:dvandekant@sportdrenthe.nl).

Een vakjury zal daarna een winnend recept kiezen. Het winnende recept komt op de menukaart van een lokaal restaurant en in een receptenboekje dat je natuurlijk zelf ook krijgt!

Klaar om een recept te gaan verzinnen? Dan is het nog belangrijk dat je aan de onderstaande voorwaarden voldoet:

### **Groenten**

Het gerecht moet uit minimaal 100-150 gram groenten bestaan. Groente staat daardoor in het middelpunt van jullie gerecht.

### **Kleurrijk**

Jullie gerecht moet kleurrijk, maar bovenal lekker zijn

### **Ingrediënten**

Gebruik voor het gerecht niet meer dan 10 ingrediënten.

### **Duurzaam**

Zouden jullie voor je recept bepaalde streekproducten uit de regio kunnen gebruiken?

Welke streekproducten horen bij de verschillende seizoenen? Hoe zou je met die keuze je gerecht een stukje duurzamer kunnen maken?

Heel veel succes!!