

Jedes siebte Kind ohne Frühstück

Hamburg. Jedes siebte Kind in Deutschland geht morgens ohne Frühstück in die Schule. Das hat eine Umfrage des Forsa-Instituts im Auftrag der Techniker Krankenkasse (TK) ergeben. Als Gründe wurden von den betroffenen Eltern meistens mangelnder Appetit der Kinder oder fehlende Zeit angegeben. Ernährungswissenschaftler warnen vor dem Verzicht auf ein Frühstück. Die Kinder seien reizbar, nervös und könnten sich nicht richtig konzentrieren. Wenn dann in der großen Pause der Heißhunger komme, griffen die Kinder zu Süßigkeiten, warnte die TK. Wenn Kinder partout nichts frühstücken wollen, sollten sie wenigstens ein Glas Milch, Kakao oder Fruchtsaft trinken und ein Vollkorn-Pausenbrot mit auf den Weg bekommen.

(apn/jW)

<https://www.jungewelt.de/artikel/149459.jedes-siebte-kind-ohne-frühstück.html>