

Kanapkowa przygoda

12 lutego uczniowie klasy 4 uczyli się robić smaczne, pożywne i zdrowe kanapki. Naszą kanapkową przygodę zaczęliśmy od omówienia zasad zdrowego odżywiania i jego znaczenia w życiu młodego człowieka i ucznia. Przygotowaliśmy listę składników, jakie będą nam potrzebne, aby nasze kanapki spełniały swoją rolę. To składniki decydują o tym, jakie wartości odżywcze trafią do organizmu dziecka i dostarczą mu energii. Należy jednak podkreślić, że dla dzieci duże znaczenie ma również, a może przede wszystkim smak i wygląd. Dlatego każdy uczeń przygotowywał kanapki według własnego pomysłu z przyniesionych składników – ciemnego pieczywa, pieczywa z ziarnami, szynki, sera, pomidorów, ogórków, papryki, szczypiorku i rzodkiewki. I jeśli nawet nie wszystkie produkty uczniowie lubią, to przygotowane wspólnie kanapki wszystkim bardzo smakowały. Uczniowie nie zapomnieli również o zasadach, jakie należy zachować w czasie przygotowywania posiłków. Wspólnie stwierdzili, że wszystkie drugie śniadania w szkole powinny być takie smaczne i kolorowe.