

„Śniadanie daje moc” w klasie 2b

W środę 18 listopada 2015r. w ramach realizacji programu „Śniadanie daje moc”, uczniowie klasy 2b przygotowali uroczyste, zdrowe śniadanie. Dzieci przyniosły różne wartościowe produkty, które powinny znaleźć się w śniadaniowym menu każdego dziecka. Na naszym klasowym stole znalazły się oprócz pełnoziarnistego, ciemnego pieczywa, chudych szynek i serów, także warzywa, owoce oraz suszone smakołyki, takie jak pestki dyni, słonecznika, żurawina, rodzynki i morele.

Z przyniesionych produktów, pięknie ułożonych na talerzach przez dzieci, każdy mógł skomponować swoje własne zdrowe śniadanie. Nasz stół przypominał morze, na którym każdy mógł zwiedzić świat śniadaniowych smakołyków. Zaczynając od wyspy chlebowej, przez wyspę serową i wędlinową, dzieci docierały do wyspy warzywnej, a na deser odwiedziliśmy skarby na wyspie owocowej. Oprócz kolorowych kanapek, na talerzach znalazły się kompozycje z suszonych owoców i orzechów. Niektórzy mieli okazję pierwszy raz spróbować suszonej żurawiny, czy orzechów nerkowca. Była to zatem okazja nie tylko do uświadamiania dzieciom znaczenia śniadania w codziennej diecie, ale także do odkrycia nowych, ciekawych smaków.

Uczniowie z wielkim entuzjazmem przygotowywali własne kanapki i sami dochodzili do wniosku, że niektóre produkty, które niegdyś uważali za niesmaczne, są prawdziwym rarytasem. Serdecznie dziękuję rodzicom, którzy postarali się o to, by na naszym śniadaniu niczego nie zabrakło. Mamy nadzieję, że ta niezwykła lekcja, przekona dzieci do zdrowej żywności i zamiast bułki z nutellą, od czasu do czasu sięgną po ciemny chlebek z pomidorem, czy garść suszonych owoców 😊

Michalina Pelczyk