

PROJEKTOVÝ DEN O VÝŽIVĚ

V pondělí 4. 12. do třídy 3. C přijela výživová poradkyně Martina Jandová, od které jsme se dozvěděli nové informace o zdravé stravě. Na začátku jsme si společně povídali o tom, kolik kostek cukru obsahuje Coca Cola, džus, energetické nápoje, a především jsme mluvili o nápoji zvaném Prime.

Poté se třída rozdělila na pět skupin, každá z nich měla připravit pomazánku podle zadaného receptu. Připravovali jsme tyto pomazánky: hermelínová, vajíčková, tuňáková, čočková, hrášková s avokádem. Mile nás překvapila chuť pomazánky z hrášku a avokáda.

Líbilo se nám, že jsme mohli připravovat zajímavé pomazánky. Každá skupinka měla za úkol vytvořit svůj hezky nazdobený chlebiček. Na závěr jsme hodnotili, která pomazánka nám nejvíce chutnala, byla to hermelínová, vajíčková a hrášková s avokádem. Každému z nás se jednohubky podařily a všem moc chutnaly i paní učitelkám.



Žáci 3. C, ZŠ Jandusů