

Śniadanie daje moc grupie V

Jak wiadomo śniadanie to jeden z najważniejszych posiłków w ciągu dnia. Dlatego 08 listopada, już od sześciu lat, jest obchodzony dzień pod hasłem ŚNIADANIE DAJE MOC. Dzięki pełnowartościowemu posiłkowi rano, dzieci mają energię do zabawy i nauki, lepiej się koncentrują i zdrowo rosną. Ta reguła dotyczy także dorosłych, warto zadbać o coś więcej niż kawa o poranku przed wyjściem do pracy...

Straszaki ten wyjątkowy poranek spędziły bardzo pracowicie. Smarowały kromki chleba masłem, dzieliły na porcje sałatę, kroїły ogórki i rzodkiewki, obierały jajka by następnie samodzielnie skomponować pyszne i zdrowe kanapki. Z nieukrywaną przyjemnością zjadały przygotowane przez siebie śniadanie i chętnie dorabiały kolejne porcje. Następnie pomogły w uprzątnięciu naczyń.

**Te z proste czynności uczą dzieci samodzielności i wyrabiają dobre nawyki żywieniowe.
Zachęcamy do codziennego włączania się do akcji Śniadanie daje moc! Smacznego!**

Opracowała: Olga Małkiewicz

Zdjęcia: Olga Małkiewicz