

Zdrowo i trójjęzykowo

21 lutego w "Jedyneczce" było wyjątkowo zdrowo, smacznie i wielojęzykowo. To wszystko za sprawą Dnia Sałetek Owocowych. Przedszkolaki utrwaliły w trzech językach: polskim, niemieckim i angielskim zasady zdrowego żywienia oraz nazwy owoców. Po starannym umyciu składników, przygotowaniu stanowisk pracy zabraliśmy się za wykonanie sałatki. Smakowite aromaty unosiły się w całej sali. Starszaki doświadczone w podobnych pracach wpierały maluszki. Wspólnie wykonały zdrowy przysmak i sprawiedliwie podzieliły się sałatką. Nietrudno zgadnąć, że po chętnie branych dokładkach w mgnieniu oka miska świeciła pustkami!

Przedszkole promuje zdrowy styl życia, w tym tak ważne właściwe odżywianie. Owoce i warzywa to naturalne i cenne źródło witamin oraz błonnika niezbędnych w zbilansowanej diecie. Zachęcamy do przygotowywania sałatek warzywno-owocowych w domu. Prócz świetnej zabawy, własnoręcznie przygotowany posiłek zachęca do próbowania nowych smaków niejednego niejadka.

Opracowała: Olga Małkiewicz

Zdjęcia: Olga Małkiewicz, Kamila Michalczyk, Ewa Młyńska