

§ NIADANIE DAJE MOC UCZNIOM SZKOŁY W STARNINIE

Autor: Janina Czystow

9

listopada 2015 wszyscy uczniowie naszej szkoły przystąpili do tej akcji. Promuje ona zdrowe odżywianie w oparciu o 12 zasad. Pierwszą z nich jest jedzenie śniadania i wychodzenie do szkoły

z drugim śniadaniem. W związku z tym w szkole odbyły się zajęcia poszerzające wiedzę uczniów na temat roli pierwszego posiłku w ich diecie oraz zajęcia praktyczne – wspólne przygotowanie

i spożycie drugiego śniadania.

Zaplanowano, jakie produkty z piramidy żywieniowej zostaną wykorzystane do wykonania w klasie zdrowych i smacznych kanapek. Wyjaśniono jakie zalety płyną ze zdrowego odżywiania. Do przygotowania włączyli się rodzice sponsorujący artykuły spożywcze potrzebne do przygotowania śniadania i panie pracujące w szkole, które zadbały o atmosferę

w klasach, higienę przygotowania posiłków. Było zdrowo, smacznie i kolorowo.