Zdrowy posiłek

Już drugi rok klasy młodsze w SP21 otrzymują zdrowe śniadanie w postaci mleka, jogurtu, warzyw lub owoców. Dzisiaj w ramach **kampanii "Trzymaj formę"** wychowawca klasy 5 i pedagog zaproponowały dzieciom przygotowanie zdrowego posiłku z wykorzystaniem jogurtu naturalnego lub mleka. Podstawą były płatki śniadaniowe zalane jogurtem ze zmiksowanymi bananami i truskawkami. Płatki kukurydziane, owsiane lub inne ulubione przez dzieci smakowały wszystkim wyśmienicie. Przy okazji przypomniano uczniom zasady zachowania się podczas posiłków, higieniczne ich przygotowanie, kulturalne spożywanie oraz piramidę zdrowego żywienia.