

Dzień Makaronu

25 października obchodzony jest **Dzień Makaronu**. Makaron, to niezwykle ważny składnik naszego codziennego jedzenia. Porcja makaronu, która waży 100 g zawiera ok. 110 kalorii. Jest on rewelacyjnym źródłem węglowodanów, witamin z grupy B oraz żelaza, a w Chinach jedzono makaron już 5 tysięcy lat p.n.e. W naszej szkole, uczniowie klasy III z tej okazji samodzielnie przygotowali dania z makaronu, który znalazł się również na wspólnie tworzonej piramidzie żywienia i aktywności fizycznej.

Tekst: K. Stolecka
