



## Mäso, ryby, vajcia, strukoviny

- ❖ Beseda o tom, prečo je potrebné pre deti, ktoré sú vo vývine, aby ich strava bola pestrá a obsahovala nielen ovocie a zeleninu ale aj mäso, ryby, vajcia a strukoviny.
- ❖ Rozhodli sme sa vytvoriť našu školskú kuchársku knihu a vyzbierať recepty našich mám a hlavne starých mám na jedlá z mäsa, rýb, vajec a strukovín.
- ❖ Poprosili sme znovu o pomoc pani kuchárky, ktoré nám pripravili 3 druhy nátierok / z rýb, vajec a cíceru/. Deviataci nám natreli rožky nátierkami a ponúkali nás cez prestávky.
- ❖ Pripojili sa aj žiaci zo Zelenej školy a pripravili Vodný bar – ochutnávku vôd ochutených ovocím / pomarančom, citrónom, mandarínkou/ a tak sme po ochutnávke chutných nátierok nezostali smädní.



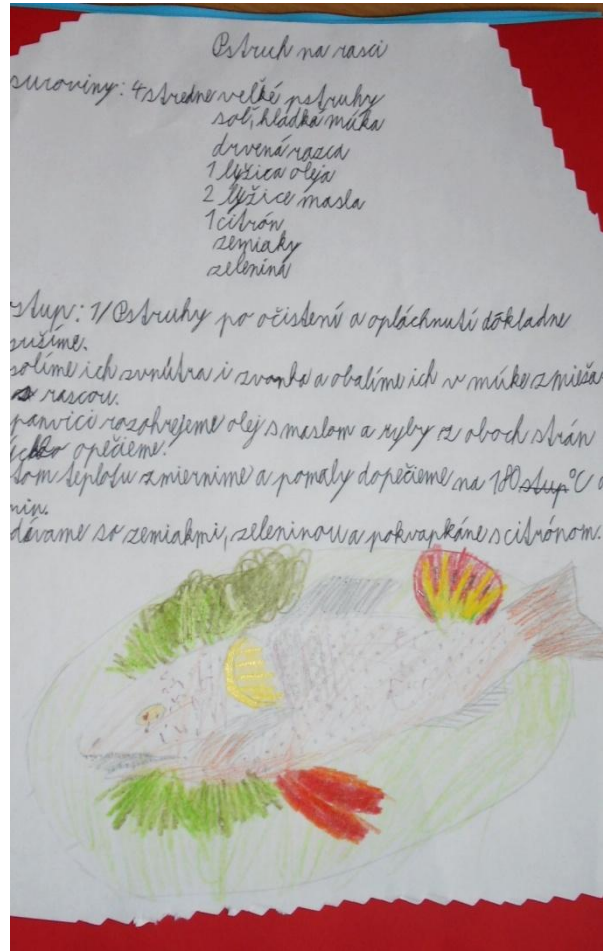
Toto nie je pani učiteľka  
ale naša spolužiačka, ktorá si  
pre nás pripravila prezentáciu  
o tom, čo by na našom jedálnom  
lístku nemalo chýbať.



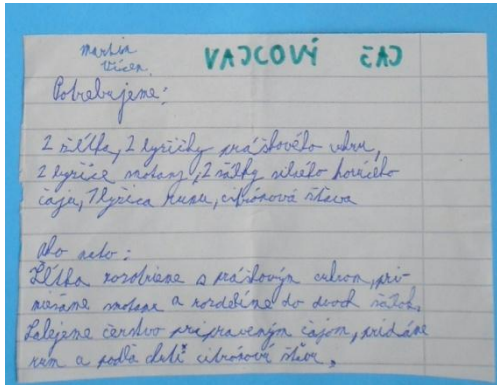
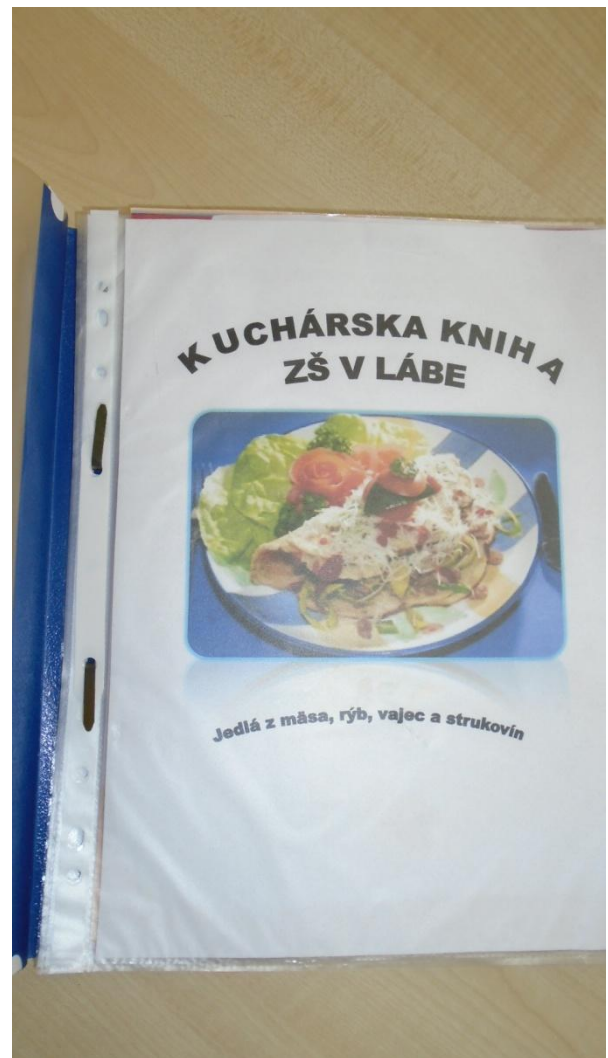
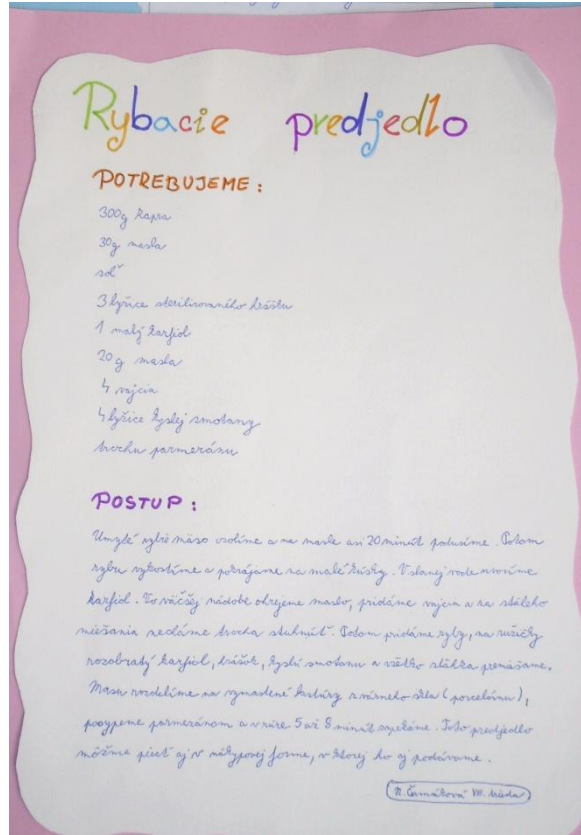
Darmo je, sme deti vo vývine  
a potrebujeme z každého  
niečo.



Do zbierania receptov sa zapojilo 55 žiakov našej školy, okrem prváčikov, ktorí ešte nevedia písať. Niektorí žiaci priniesli aj po 2-3 recepty. A veru sa nám neraz zbiehali slinky pri ich čítaní a povedali sme si, že toto musíme skúsiť spraviť.



Každý deň pribúdali recepty a tak sa začala rodiť naša kuchárska kniha



Náš spoločný výtvor na ktorý sme hrdý



Naše pani kuchárky nám pripravili nátierky z rýb, vajec a cíceru. Starší žiaci natreli rožky a ochutnávka mohla začať. O tom, že nám chutilo svedčí aj množstvo zjedených rožkov.



K ponuke patril aj pekný úsmev





Nech sa páči! Máme na výber vodu  
citrónovú, pomarančovú,  
mandarínkovú . My, žiaci zapojení do  
projektu Zelená škola, toto voláme  
Vodný bar. Nielenže sme ochutnali  
nátierky, ale sme to ešte spolu zapili.  
**TAK TOTO BY MOHLO BYŤ KAŽDÝ  
DEŇ!!!**



## Základná škola Láb

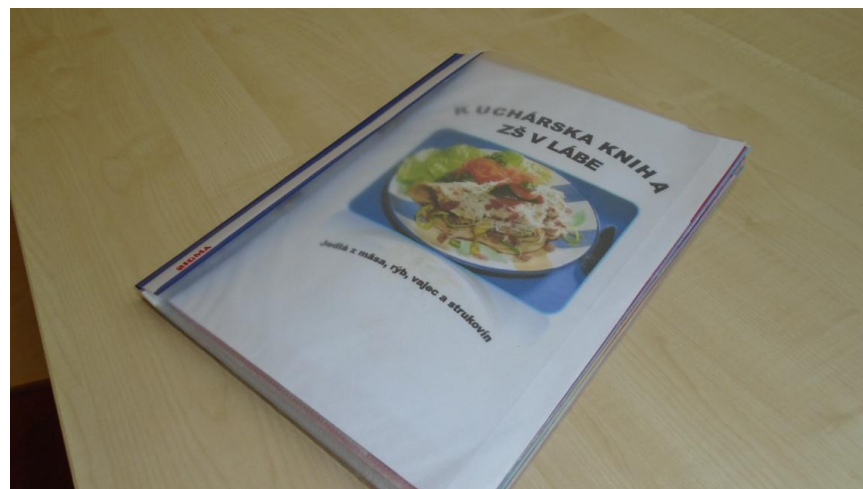
Láb 489, PSČ 900 67

Kontaktná osoba : Mgr. G. Nenovská

tel. : 0919/ 404 333,

034/7790484

E – mail: zsvlabe@stonline.sk



celkový počet žiakov školy je 147

do projektu sa zapojili pani kuchárky a vedúca školskej jedálne, všetky pani učiteľky, žiaci 2. až 9. ročníka, ktorí nosili celý týždeň recepty, žiaci zapojení do projektu Zelená škola a hlavne naši deviataci, ktorí natierali rožky a s úsmevom ich celý deň ponúkali ostatným