



# HOVORME O JEDLE

od 12. do 16. októbra 2015

## Vyhlásené denné témy

### Pondelok 12. 10. 2015

Chlieb, pečivo, obilniny, ryža, cestoviny, zemiaky –  
prečo tvoria základňu potravinovej pyramídy.

### Utorok 13. 10. 2015

Ovocie a zelenina –  
prečo potrebujeme 5 porcií denne.

### Streda 14. 10. 2015

Mlieko a mliečne výrobky –  
prečo sú nenahraditeľnou zložkou zdravej výživy. Slovenské mlieko je naše biele zlato.

### Štvrtok 15. 10. 2015

Mäso, ryby, vajcia, strukoviny –  
ich význam vo výžive. Označovanie pôvodu mäsa, rýb a vajec.

### Piatok 16. 10. 2015

Cukry –  
prečo sú dôležitou súčasťou výživy. Niečo zaujímavé o mede.

**A pri tom všetkom ostaňte v pohybe.  
Nezanedbávajte pitný režim!**

Podrobné informácie k súťaži nájdete na  
[www.opotravinach.sk](http://www.opotravinach.sk)

Organizátori projektu:

Projekt finančne podporili:



Centrum  
rozvoja znalostí  
o potravinách n. o.



Slovenská  
poľnohospodárska  
a potravinárska komora



Do Mliečného fondu  
prispievajú slovenskí  
prvovýrobcovia  
a spracovatelia mlieka.



Záštitu nad projektom prevzali:

Ceny do súťaže venovali:

