


Odkiaľ pochádzajú moje potraviny?

Urob si záznam potravín, ktoré si jedol v priebehu dňa. Záznamník ti pomôže zorientovať sa v pôvode potravín, ktoré konzumuješ.

Pokús sa nevynechať ani jeden údaj.

meno: 

dátum:

DÁTUM	Aké jedlo si jedol?	Aký má pôvod – rastlinný alebo živočíšny?	Z ktorej rastliny alebo zvieratá pochádza?	Z ktorej krajiny pochádza?	Na akom mieste si ho kúpil/získal?*	
	Príklad	vajíčko	živočíšny	sliepka	SK	v obchode
RAŇAJKY						
DESIATA						
OBED						
OLOVRANT						
VEČERA						

*(uved' napr. obchod, záhrada, trhovisko, domáci chov, predaj z dvora – priamo od farmára, debničkový predaj a pod.)

Jedol si viac potravín pochádzajúcich z rastlín alebo zo zvierat?

Z ktorej krajiny pochádzalo najviac potravín, ktoré si v priebehu dňa skonzumoval?

Z akého miesta pochádza najviac potravín, ktoré si v priebehu dňa skonzumoval?

Označ týmto symbolom , čo si sa už naučil:

- Poznám dôvody, prečo je dôležité konzumovať lokálne potraviny.
- Viem, že sezónne potraviny sú optimálnou výživou pre moje telo.
- Viem, že jedlo sa nevyrába v obchode, ale je dopestované alebo dochované v poľnohospodárskych podnikoch a spracované v potravinárskych podnikoch.
- Viem, kde získam informácie o pôvode potraviny.

