

# Zdrowie na talerzu

Jeśli chcesz się żywić zdrowo, jadaj zawsze kolorowo! Jedz owoce i jarzyny, to najlepsze witaminy! Jedz razowce z grubym ziarnem, zdrowe jest pieczywo czarne! Na kanapkę, prócz wędliny, połóż listek zieleniny! I kapusta, i sałata, w witaminy jest bogata! W naszym przedszkolu nie brakuje zajęć praktycznych: robimy sałatki, kanapki, wyciskamy soki. Nasze panie kucharki dbają o to, by na naszych talerzach były zdrowe i smaczne posiłki. Nauczycielki motywują dzieci do spożywania zdrowych posiłków oraz do picia wody.