

## Kulinarny dzień w szkole w Jasiennej



W wyjątkowy sposób obchodzono Europejski Dzień Zdrowego Jedzenia i Gotowania w Szkole Podstawowej w Jasiennej. Teoretyczną wiedzę połączono z praktyką, zastawiając szkolne stoły potrawami, które nie tylko znakomicie się prezentowały, ale także wybornie smakowały.

Hasłem tegorocznego dnia zdrowego odżywiania był „Sprawny mózg”. Zadaniem uczennic i uczniów, których wspierali także rodzice i nauczyciele, było przygotowanie takich potraw, które zawierały składniki szczególnie istotne dla pracy mózgu tj. np. orzechy, jarmuż, kakao, kasza jaglana czy orkisz. Część kulinarnych specjałów była efektem wspólnej domowej pracy rodziców i dzieci. Pozostałe przekąski przygotowano w szkole, korzystając z pomocy wychowawców. Dbano przy tym zarówno o skład potraw, jak i o ich wyjątkowy wygląd. Wszystkie kulinaria prezentowano na stołach, dołączając do nich szczegółowy opis. W szkolnym menu znalazły się np.: kanapki na chlebie orkiszowym z pastą z fasoli, pastą jajeczną czy twarogiem z dodatkiem warzyw, a także muszle nadziewane kremowym serkiem i łososiem. Można było skosztować także deserów takich jak koreczki brownie z gorzkiej czekolady z bananem.

Obchodzony 8 listopada Europejski Dzień Zdrowego Jedzenia i Gotowania zainaugurowano w 2007 roku przez Komisarza Unii Europejskiej i Euro-Toques – organizację zrzeszającą szefów kuchni. Jego głównym celem jest popularyzacja zdrowego odżywiania się wśród najmłodszych, zachęcanie do regularnego spożywania posiłków i upowszechnianie wiedzy na temat konsekwencji stosowania nieprawidłowej diety.

















































Tagi: [Europejski Dzień Zdrowego Jedzenia i Gotowania](#), [Jasienna](#), [edukacja](#), [kulinaria](#), [odżywianie](#), [zdrowa żywność](#)