

УЧИЛИЩЕ

За

по-здрави деца

МОДУЛ 5



ПО-ЗДРАВИ ДЕЦА 

Наслаждавай се
на храната със семейството си

ПО-ЗДРАВИ ДЕЦА 



Наслаждавай се
на храната
със семейството си

ПО-ЗДРАВИ ДЕЦА 

/ Видео с Евгени Иванов и Маруся Иванова /



Всичко е по-вкусно, когато се храним заедно!

- ▶ Децата също, според възможностите си, могат да участват в приготвянето на храната. Тогава семейните вечери са приятни и децата растат щастливи, здрави и с много любов.
- ▶ След като вече се запознахте с основните групи храни и какви полезни хранителни вещества, витамини и минерали съдържат различните продукти, може сами да измислите здравословна рецепта, която да пригответе с мама.
- ▶ Донесете в училище любимия си плод или зеленчук, разкажете на съучениците си за неговите качества и след това си хапнете всички заедно.

