

# Zbilansowana dieta

## Treść

Podczas tegorocznych ferii zimowych w dniu 4 lutego 2011 r., zostały zorganizowane warsztaty dotyczące zdrowej zbilansowanej diety w ramach programu „Trzymaj formę!” .

Na zajęcia przybyli chętni uczniowie „wyposażeni w zdrowe półprodukty” z których podczas warsztatów tworzyliśmy wspaniałe smaczne kompozycje.



Warsztaty rozpoczęliśmy od pogadanki na temat zdrowej zbilansowanej diety, piramidy zdrowia itp. I tak wyposażeni w wiedzę na temat zdrowego żywienia zabraliśmy się do pracy, która wyzwoliła we wszystkich uczestnikach wspaniałą nastrój i inwencję twórczą podczas tworzenia zdrowych, smacznych kompozycji.



Na zakończenie przystąpiliśmy do najprzyjemniejszego punktu czyli do degustacji.



Uczestnicy warsztatów:

Patrycja Wielocha kl. VI c

Patrycja Pach kl. VI c

Emilia Więcek kl. VI c

Monika Marcisz kl. VI c

Natalia Biedroń kl. VI c

Sylwia Wikar kl. VI c

Aneta Mrózek kl. VI c

Agnieszka Jagła kl. VI a

Kamil Kutra kl. V c

Iza Marcisz kl. IV a

Kinga Pach kl. IV a

Opiekunowie: M. Trzópek, B. Biernat



Jeżeli chcesz zobaczyć zdjęcia z warsztatów kliknij [tutaj](#)