

Trzymaj formę - edycja 2017

Treść

W drugim dniu ferii zimowych, 31 stycznia 2017 r. odbyły się kolejny już raz warsztaty dotyczące zdrowej zbilansowanej diety w ramach programu „Trzymaj formę!” .

Na zajęcia przybyli wszyscy chętni uczniowie „wyposażeni w zdrowe półprodukty” z których podczas warsztatów tworzyli wspaniałe smakowite kompozycje.

Warsztaty rozpoczęły się od pogadanki na temat zdrowej zbilansowanej diety, a następnie wszyscy zabrali się do pracy, pod czujnym okiem Pani Moniki Trzupek, Jolanty Kłodnickiej, Izabeli Niezabitowskiej.

Warsztaty wyzwoliły we wszystkich uczestnikach wspaniałą nastrój i inwencję twórczą podczas tworzenia zdrowych, smacznych kompozycji. A były to: sałatki owocowe, warzywne, szaszłyki owocowe, wesołe kanapki, soki owocowe itp.

Na zakończenie przystąpiliśmy do najprzyjemniejszego punktu czyli do wspólnej degustacji.

Było smacznie, zdrowo i kolorowo.

Chcesz zobaczyć foto [kliknij tutaj](#)