

## Dzień Zdrowego Śniadania



O tym, że śniadanie jest jednym z najważniejszych posiłków w ciągu dnia nie trzeba przekonywać uczniów, którzy już od pierwszej klasy uczą się zdrowych nawyków żywieniowych.

8 listopada w Dniu Zdrowego Śniadania uczniowie klasy Ia, Ic, IIIa i IIIb zjedli wspólnie ten posiłek. Uczniowie przynieśli do szkoły zdrową żywność, niektórzy samodzielnie przyrządzali smaczne kanapki, sałatki owocowe i warzywne. Dzieci z klasy IIIb uczyły się robić owsianki lub kukurydzianki z jogurtem i owocami. Sala uczniów Ia zamieniła się w „fabrykę naleśników” dzięki pomysłowości mamy Mai Łomzik. Dzieci mogły poznać i skosztować przeróżnych nadzień do tego posiłku. Mamy nadzieję, że dzięki takim akcjom jak Dzień Zdrowego Śniadania, dzieci zapamiętają, iż dzięki śniadaniu mamy energię do nauki, lepiej koncentrujemy się podczas pracy umysłowej, mamy siłę do zabawy. To najlepszy start w nowy dzień.

V. Wińska, D. Olearczyk, E. Semków i A. Maciocha