

**22. 5. 2020, PETEK**

**NARAVOSLOVNI DAN- ZDRAVA PREHRANA**

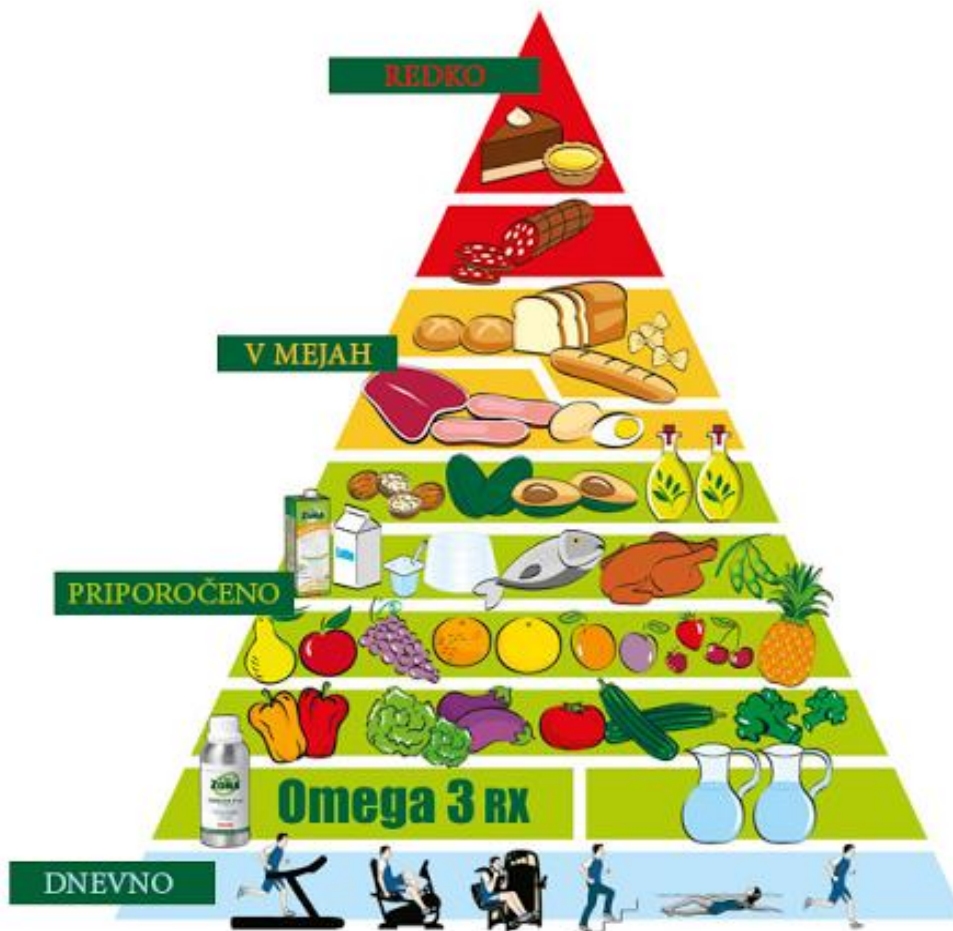
**1. OGLEJ SI PPT- OD ZRNA DO HLEBCA**



OD\_ZRNA\_DO\_HLEBC  
A.ppt

**2. V ZVEZEK ZA NIT PRERIŠI PIRAMIDO**

**IDEJA: LAHKO JO TUDI NAREDIŠ IZ SESTAVIN, KI JIH NAJDEŠ DOMA, JIH POLOŽIŠ V PIRAMIDO IN FOTOGRAFIRAŠ, TER MI FOTOGRAFIJO POŠLJEŠ.**



### 3. PREPIŠI TUDI TO BESEDILO.

#### Zdrava prehrana

1. Hrana je lahko rastlinskega ali živalskega izvora.
2. Naša vsakodnevna prehrana mora biti raznovrstna in mora vsebovati hranilne snovi iz vseh skupin.
3. OGLJIKOVI HIDRATI:
  - žitarice
  - kruh
  - pekovsko pecivo
  - riž

- testenine
- krompir

#### **4. PRIPRAVI SI ZDRAV OBROK.**

##### **PREDLOG:**

**Sadni smoothie (lahko uporabiš različno sadje)**

<https://www.mojirecepti.com/recept/sadni-smoothie.html>



**DOBER TEK!**