

15. 5. 2020, PETEK

NARAVOSLOVNI DAN- ZDRAVA PREHRANA

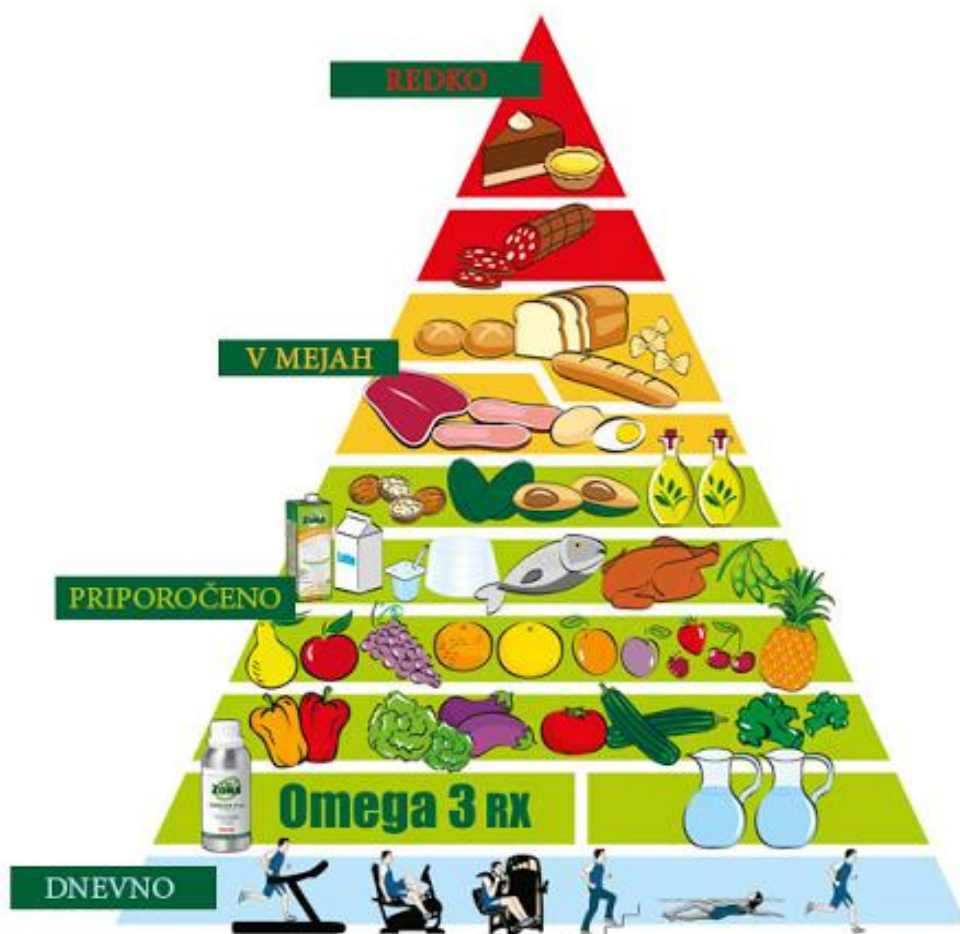
1. OGLEJ SI PPT- OD ZRNA DO HLEBCA



OD_ZRNA_DO_HLEBC
A.ppt

2. V ZVEZEK ZA NIT PRERIŠI PIRAMIDO. LAHKO JO TUDI NATISNEŠ IN PRILEPIŠ.

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



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!