

Kształtowanie postaw prozdrowotnych jest procesem długotrwałym i zaczyna się już w przedszkolu. Wszystkie przedszkolaki wiedzą, że aby być zdrowym trzeba spożywać owoce i warzywa, ponieważ mają one dużo witamin. Pamiętając o tym, postanowiliśmy zrobić sok bez dodatku cukru i konserwantów. Dzieci przyniosły do przedszkola marchewki i jabłka, które umyliśmy, następnie pokroiliśmy owoce na mniejsze części, wrzuciliśmy składniki do sokowirówki i sok gotowy! Wszystkim bardzo smakował samodzielnie wyciśnięty sok. Serdecznie dziękujemy paniom kucharkom za pomoc w jego wykonaniu. *(D.Pryga)*

