**Szakmai program**: Egészséges étkezést népszerűsítő program

**Szemléletformáló előadás tartalma:** Az egészséges táplálkozás alapelveinek (például a táplálékpiramis), alapvető szabályainak és az ételek tápanyagtartalmával kapcsolatos információk ismertetése interaktív formában.

**Főzés/sütés:** Reform sajtos szendvics készítés

**Időpont:** 2019. 02.26.

**Helyszín:** tankonyha

Jelenlevők: Tanulók, pedagógusok, dietetikus, projektmenedzser, az iskola koordinátora, szülők.

A pályázatban foglaltaknak megfelelően Életvitel és gyakorlati órát tartottak a Kurityáni Általános Iskola tanulói a mai napon, a tankonyhán. A tömbösítve megtartott órákon a tanulók felváltva jelentek.

Az óra elején a dietetikus ismertette a feladatokat, valamint megbeszélték az aznap felhasználandó alapanyagok jelentőségét, és energia értéket. Ezt követően megkezdték a tanulók a gyakorlati órát.

**Feladatok**: kenyér szeletelés, zöldég mosás, hámozás, sajtreszelés, kenés. Citromlé készítése. A tanulók a megismert alapanyagokat, az elkészített ételt elfogyasztották.

Előkészületek: reform szendvics készítés/fogyasztás



