



Akční skupina pro zdravé stravování

Instrukce

Plán zdravého školního stravování

Jídlo a jeho příprava ve školní jídelně a pěstování na školním pozemku jsou velmi důležité věci.

Plán zdravého školního stravování obsahuje deset věcí, kterých budeme všichni chtít dosáhnout.

- 1.** Budeme naslouchat nápadům žáků a studentů, rodičů a zaměstnanců školy.
- 2.** Školní obědy budou zdravé, chutné a šetrné k přírodě.
- 3.** Pauza na oběd bude zábava.
- 4.** Do školy si budeme nosit jen zdravé svačiny.
- 5.** Vodu budeme moci ve škole pít, kdykoli se nám bude chtít.
- 6.** Naučíme se vařit chutná jídla ze zdravých potravin.
- 7.** Naučíme se pěstovat zeleninu a ovoce a kompostovat.
- 8.** Navštívíme místní farmy a dozvíme se, odkud jídlo pochází.
- 9.** Pokud budou chtít, o vaření a pěstování se ve škole budou moci dozvědět i rodiče, zaměstnanci školy a kdokoli ostatní.
- 10.** Jídlo si budeme pořádně užívat.

