

Pozdravljeni, sedmošolci!

Danes vas čakata naslednji nalogi.

- 1. Preberite sestavine spodnjih dveh jedi in poskusite najti zamenjavo za bolj zdrave, kjer je to mogoče. Kakšno sestavino lahko tudi dodate ali odvzamete. Tako boste spoznali, da sta tudi pica in torta lahko bolj zdravi, če le izberemo bolj zdrava živila za njuno pripravo.*

Primer: sladkor – med

Pica s šunko in sirom

Bela moka

Kvas

Sončnično olje

Mastni sir

Sol

Šunka

Paradižnikova mezga v pločevinki

Origano

Čokoladna torta s sadjem in smetano:

Margarina

Jajca

Čokolada

Sladkor

Sladka smetana

Vložene jagode

Barvna dekoracija (posip)

2. Pri vsakem spodnjem znaku kakovosti živil napišite vsaj dve živili, ki sta označeni s posameznim znakom. Poiščete jih lahko na spletnih straneh ali na policah v trgovini.



višja
kakovost



integrirani



ekološki



*Fotografijo obeh opravljenih nalog pošljite najkasneje **do petka, 3. 12. 2021.***