

## Śniadanie daje moc



**Śniadanie to najważniejszy posiłek dnia. Dzięki niemu dzieci mają energię do nauki, lepiej koncentrują się podczas lekcji i mają siłę do zabawy. To najlepszy start w nowy dzień!**

Dlatego, jak co roku 8 listopada klasy I i II wzięły udział w ogólnopolskim programie edukacyjnym „Śniadanie daje moc”.

W tym dniu uczniowie podczas zajęć lekcyjnych dowiedzieli się jak ważne jest spożywanie rano zdrowego posiłku, poznali 12 zasad zdrowego odżywiania się oraz przypomnieli reguły zachowania się przy stole. Następnie samodzielnie przygotowali pyszne szaszłyki owocowe (klasy IA i

IB) oraz zdrowe i kolorowe kanapki (klasy IIA i IIB). Tak przygotowane śniadanie uczniowie zjedli z ogromnym apetytem.

Takie śniadanie było dla nich prawdziwą frajdą. Na twarzach promieniał uśmiech i zachwyty.

Karolina Gawlik, Aleksandra Janerka, Wiesława Papkalla i Magdalena Dudkiewicz