Hodnocení projektového dne Pestrá strava - "Strava bez zbytečné chemie“

 Ing. Iva Víravová, certifikovaný výživový poradce

Slova Ivy Víravové:

Děti se vžily do rolí kuchařů a kuchařek. Někteří se za ně i převlékly a přinesly si z domu zástěrky, nože i struhadla.

Dostaly do skupin recepty, pročetly si je a snažily se mezi sebou domluvit na postupu. Našly si potřebné suroviny na velkém stole, chopily se velmi zručně nářadí a pustily se do toho. Pečlivě četly recepty a spolupracovaly mezi sebou. Vyráběly si svačiny z různých druhů pečiva a vlastnoručně namíchaných pomazánek několika druhů a barev.  Malé kousky připravily na ochutnávání pro kamarády a velkou svačinu přichystaly jako modelku pro focení. Jedna svačina byl také těstovinový salát. S úklidem si poradily také velmi dobře. Pak vše vyrovnaly na své stoly a mohlo se jít ochutnávat. To byla také jedna z těch veselých částí. Rybičková pomazánka málem ani nestihla focení, červená z řepy byla vynikající a zelená z avokáda se také těšila pochvalám. Čočkovka překvapila svou vynikající chutí téměř každého. Děti si její recept i upravily podle vlastní fantazie a přidaly hodně zeleniny.  A těstovinový salát nádherně nachystaný a nazdobený v miskách čekal jen malou chvilku, než si ho děti rozebraly a snědly. Nezapomněly dát ochutnat všem učitelkám i kuchařkám. Poté ztvárnily i krásnou reklamu a všem představily, jak se jejich svačinka jmenuje a z čeho ji vytvořily. Zkusily i odhadnout cenu, což se jim docela dobře povedlo. Byla s nimi velká radost pracovat.