

SPO – ZDRAVO ŽIVIM – ZDRAVO JEM

KAJ NAJRAJE JEŠ? JAZ IMAM NAJRAJE ČOKOLADO. VEM, DA TO NI ZDRAVA HRANA. ZATO SE TRUDIM, DA JE NE POJEM PREVEČ. PREHRANJEVATI SE MORAMO ZDRAVO.

POVEJ, KAJ SI IMEL/IMELA DANES ZA ZAJTRK!

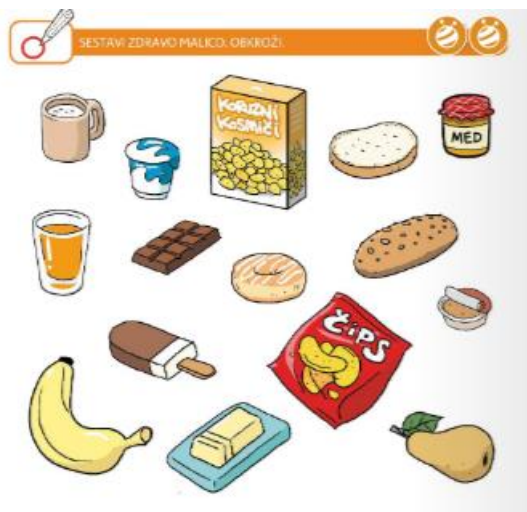
NA SPLETNI STRANI LILI IN BINE SI NA SPODNJIH POVEZAVAH POGLEJ, KAKO SI DEKLICA LIZA PRIPRAVI ZAJTRK IN MALICO.

<https://www.lilibi.si/solska-ulica/hrana-in-zdravje/tv-kuhinja/zajtrk>

<https://www.lilibi.si/solska-ulica/hrana-in-zdravje/tv-kuhinja/malica>

V DELOVNEM ZVEZKU REŠI NALOGO: SKRBJIM ZA SVOJE ZDRAVJE (ZDRAVO JEM) – DZ 3/61, 62

SESTAVI SI DANAŠNJO MALICO Z JEDMI, KI JIH IMAŠ DOMA IN JO POJEJ.



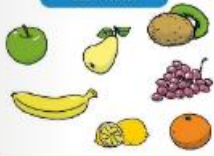
ZA KOSILO LAHKO SKUPAJ S STARŠI ALI STAREJŠIM BRATOM/SESTRO PRIPRAVIŠ SADNO SOLATO – U/49. LAHKO TI POMAGA DEKLICA LIZA, ČE JI SLEDIŠ NA SPODNJI POVEZAVI.

<https://www.lilibi.si/solska-ulica/hrana-in-zdravje/tv-kuhinja/sadna-solata>

PA DOBER TEK 😊

PRIPRAVIMO SADNO SOLATO

SESTAVINE:



PRIPOMOČKI:



PRED PRIPRAVLJANJEM
HRANE IN PRED JEDJO SI
VEDNO UMIJ ROKE.



SOLATO LAHKO OKRASIŠ S SLADKO
SMETANO ALI J DODIŠ ROZINE.