

Презентация о приготовлении поварами школьной столовой горячего завтрака



- Школьные завтраки — это не только важная составляющая часть дневного рациона ребенка, но и основа его физического и интеллектуального развития.



В ранние часы, когда все ещё погружены в сон, наши кулинары создают аппетитные и питательные блюда. Их цель — подарить детям удовольствие от приёма пищи. Это может способствовать улучшению успеваемости и концентрации детей в школе.



ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ – ЗАЛОГ ХОРОШЕЙ УСПЕВАЕМОСТИ!

Каждый прием пищи ребенка в школе должно включать основные четыре группы продуктов:

- белковая пища (*рыба, мясо*),
- злаки (*каша, хлопья*),
- молочные или кисломолочные продукты,
- фрукты или овощи.



В условиях
школьных нагрузок
необходимо уделять
особое внимание
концентрации. Это
означает, что завтрак
для школьника
должен быть
максимально
питательным и
сбалансированным



ЗАВТРАК – ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ!

Сегодня в меню ребят 1-4 классов:

1. Каша вязкая (овсяная)
2. Фрукт свежий
3. Чай с сахаром и лимоном
4. Бутерброд с сыром





**Спасибо за
внимание!**

