

Игры на кухне

Приготовление блюд станет интересней, если в процессе мы немного поиграем!

“Один - два - пять”

Одно яблоко - два яблока - пять яблок

Один помидор - _____

Одна морковка - _____

Один банан - _____

Одна котлета - _____

Один йогурт - _____

Одна вишня - _____

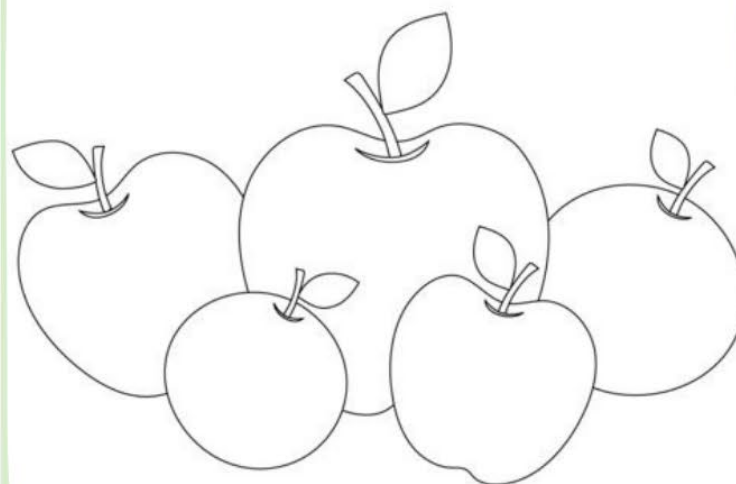
Один кабачок - _____

Один огурец - _____

Одна каша - _____

Задание

Раскрась яблоки!



ГБДОУ детский сад №93
комбинированного вида Невского
района Санкт-Петербурга



Правильная тарелка
день 6





Обеденное меню день 6

▶ Овощи в молочном соусе

▶ Кисель из яблок

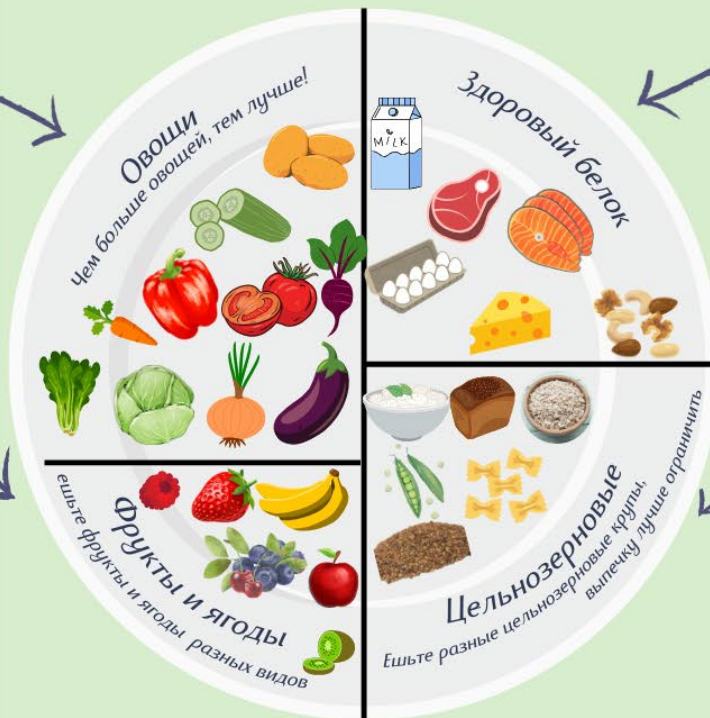
А знаете ли вы?



Кисель - это исконно русское блюдо, но его приготовление позаимствовали кухни других народов, добавляя при этом свои традиционные приправы. Например, в немецкие кисели добавляют корицу и гвоздику, а во французские - ваниль. Благодаря наличию крахмала, кисель - очень сытное блюдо. В нем сохраняется множество витаминов.



Правильная тарелка



▶ Фрикадельки рыбные отварные

▶ Суп картофельный с горохом и гренками

▶ Хлеб ржано-пшеничный обогащенный

Рекомендуем	Не рекомендуем
Заменить конфеты на полезные сухофрукты (курага, изюм, чернослив)	Частое потребление колбасных изделий (сосиски, колбаса, ветчина)



Приготовление

