

Игры на кухне

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

В борщ или в компот?

Яблоко - в компот

Лук - в борщ

Свекла -

Малина -

Морковь -

Капуста -

Вишня -

Говядина -

Конфета -

Помидор -

Виноград -

Задание

Найди 10 отличий!



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



Правильная тарелка
день 9





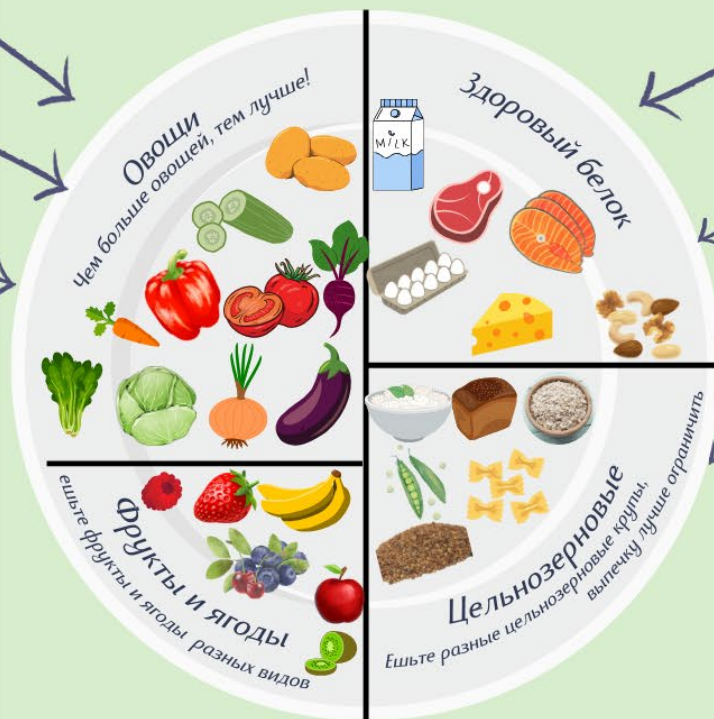
Обеденное меню день 9

- ▶ Огурец соленый
- ▶ Борщ с капустой и картофелем, говядиной и сметаной
- ▶ Пюре картофельное
- ▶ Чай с лимоном

А знаете ли вы?

Борщ - это блюдо, которое получило широкое распространение во многих национальных кухнях. Оно есть у русских, украинцев, белорусов, поляков, литовцев, румын, молдаван и др. Борщ бывает горячим и холодным блюдом. Горячий борщ готовят из картофеля, капусты, моркови, лука и свеклы. И обязательно на мясном или костном бульоне. А вот холодный готовят весной и летом из свежей свеклы с ботвой и свежими огурцами на овощном отваре. Подается этот суп обязательно со сметаной.

Правильная тарелка



- ▶ Рыба отварная
- ▶ Соус сметанный
- ▶ Хлеб ржано-пшеничный обогащенный

Рекомендуем	Не рекомендуем
<i>Употреблять 1-2 раза в неделю рыбу и морепродукты</i>	<i>Есть много жареной и жирной пищи</i>

