



projekt dla zerówek i klas I-III szkół podstawowych

Zdrowo jem, więcej wiem!

PROJEKT PROWADZI

BOŚ
FUNDACJA

Kolejne zadanie **Brygady Zdrowia z III b** dotyczyło umiejętności robienia mądrych zakupów.

Rozmawialiśmy o tym, skąd możemy czerpać informacje na temat tego, co znajduje się w naszym pożywieniu.

Dzieci poznały historię ludzika Ferro – przybysza z Turkusowej Planety. Ludzik Ferro nie znał naszych zwyczajów żywieniowych ani produktów spożywczych, dlatego wszyscy zastanawialiśmy się, w jaki sposób wybrać to, co najlepsze, a jednocześnie zdrowe dla naszego gościa.

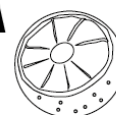
Rozmawialiśmy o reklamach, które wpływają na dokonywane przez nas wybory produktów do jedzenia. Dzieci stwierdziły jednak, że reklama nie zawsze prezentuje to, co najlepsze. Po dłuższej analizie stwierdziliśmy, że to etykiety, które znajdują się na produktach spożywczych dostarczają nam informacji jak wartościowe i zdrowe jest to, co jemy.

Dowiedzieliśmy się jak czytać etykiety, okazało się, że to bardzo przydatna umiejętność, do czego zachęcamy innych. Dzięki temu mamy szansę na mądre i zdrowe zakupy.

www.zdrowojem.fundacjabos.pl



AROMATYCZNA POMARAŃCZA

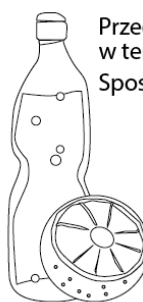


napój o smaku pomarańczowym

Skład: woda, syrop glukozowy, zagęszczony sok pomarańczowy (5%), **laktoza**, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, aromat identyczny z naturalnym.

Wartość odżywcza:

	w 100 ml	w 330 ml
energia	60 kcal	198 kcal
tłuszcze,	0,2 g	0,6 g
w tym kwasy tłuszczowe nasycone	0,0 g	0,0 g
węglowodany,	14,0 g	46,0 g
w tym cukry	10,0 g	33,0 g
białko	0,5 g	1,6 g
sól	0,2 mg	0,6 mg



Przechowywać w suchym i ciemnym miejscu, w temperaturze pokojowej.

Sposób przygotowania: podawać schłodzony.

PRODUCENT: NapójCompany Sp. z o.o.
ul. Owocowa 1, 01-111 Warszawa
tel. 22 777 66 55
Wyprodukowano w Polsce.

Nr partii: 02022019/1603
Najlepiej spożyć przed: 12-2020

330 ml