

KUHARSKA ŠKOLICA



Dragi učenici i poštovani roditelji,

predstavljamo vam **Kuharska školicu** - program namijenjen učenicima od 1. do 4. razreda koji žele otkriti radost pripreme ukusnih i zdravih obroka bez potrebe za kuhanjem.

Kuharska školica osmišljena je kako bi djeca kroz igru i kreativne aktivnosti naučila osnove zdrave prehrane, razvila vještine pripreme jednostavnih jela te stekla navike koje će im pomoći u očuvanju zdravlja i vitalnosti. U aktivnostima, koje će se održavati jednom tjedno u trajanju od jednog školskog sata, djeca će istraživati svijet namirnica, recepata i kulinarskih tajni, sve to uz mnogo zabave i druženja!

Program **Kuharska školica** obuhvaća:

- Pripremu zdravih obroka bez kuhanja: Učenje kako pripremiti ukusne salate, smoothieje, voćne deserte i druge zdrave obroke.
- Raznolikost namirnica: Upoznavanje djece s različitim vrstama voća, povrća, orašastih plodova i drugih hranjivih sastojaka.
- Kreativnost u kuhinji: Poticanje djece da eksperimentiraju s okusima, bojama i oblicima, stvarajući vlastite kulinarske kreacije.
- Zdrave navike: Razvijanje svijesti o važnosti uravnotežene prehrane i zdravih obroka.

Zabavne i poučne aktivnosti potaknut će djecu na samostalnost i kreativnost u kuhinji. Djeca će imati priliku stvarati ukusne zalogaje i postati spremni preuzeti odgovornost za vlastite zdrave obroke, a možda i pripremiti poneko iznenađenje u kuhinji!

Pozivamo učenike da se pridruže **Kuharskoj školici** i otkriju koliko je zabavno i jednostavno pripremati zdrave obroke!

Zajedno kuhamo s ljubavlju i stvaramo zdrave navike za cijeli život!

