

PRACOVNÍ LIST

Snídaně



SNÍDAT SE VYPLATÍ!

- Zdravá snídaně dodá tělu potřebnou energii, která nastartuje tělo na pracovní výkon, nejen fyzicky, ale také psychicky.
- Vyvážená snídaně s dostatečným obsahem bílkovin a komplexních sacharidů zasytí na celé dopoledne a nebudete mít chuť na zbytečné sladkosti a dobroty.

1 ÚKOL:

Označ hvězdičkou, která snídaně je správná

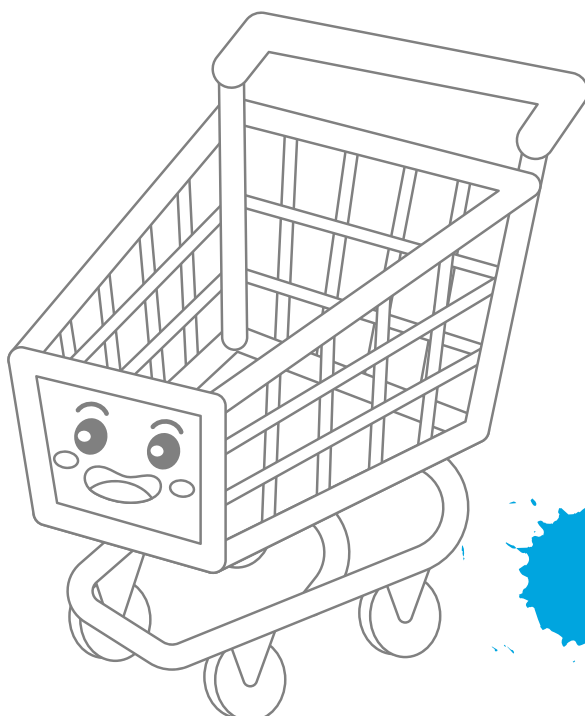
- | | |
|--|---|
| <input type="radio"/> Nesnídat | <input type="radio"/> Ovesná kaše |
| <input type="radio"/> Chléb s máslem a šunkou | <input type="radio"/> Párky s chlebem |
| <input type="radio"/> Kobliha s marmeládou | <input type="radio"/> Houska s máslem a medem |
| <input type="radio"/> Donut s borůvkovou polevou | <input type="radio"/> Čokoládové kuličky s mlékem |
| <input type="radio"/> Rohlík s jogurtem | |



SPRÁVNÉ ŘEŠENÍ: chléb s máslem a šunkou, rohlík s jogurtem, houska s máslem a medem, ovesná kaše.

2 ÚKOL:

Do nákupního vozíku si namaluj potraviny, které si příště nakoupíte pro správnou a chutnou snídani:



3 ÚKOL:

Z maminčina nákupu vymysli, co spolu můžete připravit za recept pro snídani:



1. recept
2. recept
3. recept
4. recept

4 ÚKOL:

V tajence se dozvíš, který orgán nám snídane správně nastartuje, aby nám to lépe myslelo:

1. Název tropického ovoce.
2. Z čeho se vyrábí mouka?
3. Název ročního období.
4. Název domácího zvířete.
5. Název dopravního prostředku.

1.	P							
		2.		I				
3.		O						
4.			C					
				5.		L		

SPRÁVNÉ ŘEŠENÍ: mozek.

