Dzień dobry Kochane Świetliczaki,  wierszem Jana Dmochowskiego, tak jak wcześniej zagadkami, chcemy zachęcać Was do jedzenia pełnych witamin owoców. Być może będzie to inspiracja do zrobienia w najbliższym czasie przepysznej sałatki owocowej dla całej rodziny (np. w ten weekend)!?

**Jedz owoce

Chcesz być zdrowy jedz owoce
bo owoce dobra rzecz
jeśli będziesz jadł codziennie
dobre zdrowie będziesz mieć.
Jabłko, gruszkę czy banana
zjadaj sobie co dzień z rana
do obiadu soczki bierz
by do nauki siły mieć
A gdy będziesz trochę chora
to cytrynkę zjedz z wieczora.
Jedz owoce więc codziennie
i pamiętaj by je myć
żeby długo, zdrowo żyć.**

 Do zrobienia sałatki potrzebne będą: - miska - deska do krojenia - nóż (OSTROŻNIE!)
- owoce: winogrona, jabłko, banan, brzoskwinia, ananas(wg uznania)
- fartuszek

 Wykonanie: Pamiętając o higienie i bezpieczeństwie pokrój umyte owoce w kostkę. Włóż je do miski, wymieszaj, podaj do stołu i zaserwuj rodzinie. Trudne?

 Smacznego ! :)