

Zdrowe menu – co jeść żeby zdrowym być

W myśl słów Jana Kochanowskiego

ze znanej fraszki „Na zdrowie”

*„Szlachetne zdrowie,
Nikt się nie dowie,
Jako smakujesz,
Aż się zepsujesz.”*

Zaproponuj zdrowe menu :

1. Na śniadanie można zjeść

.....
.....
.....

2. Na obiad można zjeść

.....
.....
.....

3. Na podwieczorek można zjeść

.....
.....

4. Na kolację można zjeść

.....
.....
.....