

DNEVNIK ZAVRŽENE HRANE

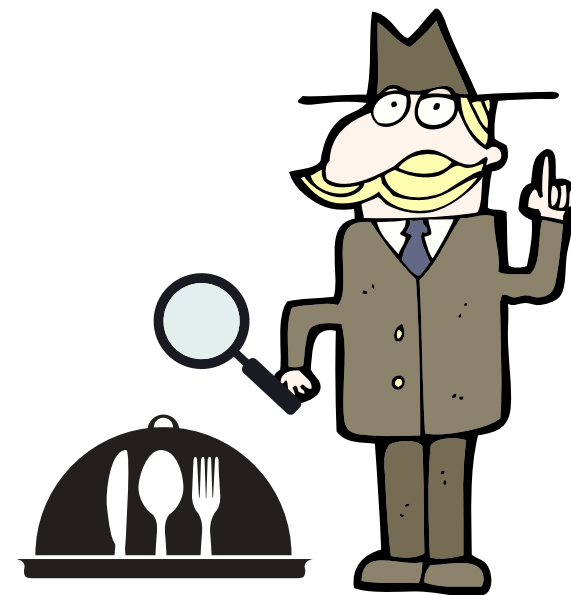
Ustanova:
Razred/oddelek:
Učenci:

Mentor:



Kazalo

UVOD	3
NAVODILA ZA UPORABO DNEVNIKA.....	4
SPREMLJANJE ZAVRŽENE HRANE.....	5
ŠOLSKI PROJEKTNI KOTIČEK	9
KDO PRIPRAVLJA HRANO?	10
DAJTE OKUSU PRILOŽNOST.....	11
OD KOD SO PRIŠLA ŽIVILA, KI SO NA KROŽNIKU?.....	12
ŠEST KORAKOV DO NAČRTOVANEGA OBROKA.....	13
ZNATE PRAVILNO SHRANITI HRANO?	15
Shranjaj pametno: zamrzovalnik.....	16
Znak »Najprej pojej mene«.....	18
Kako shranjujemo sadje in zelenjavo?.....	19
EMBALAŽA.....	20
KAM GRE HRANA, KI OSTANE NA KROŽNIKU?.....	21
KAJ IMAJO SKUPNEGA VERMIKOMPOSTIRANJE IN SEMENSKE BOMBE? Kompost,seveda!.....	22
Semenske bombe.....	24
RECIKLIRANA KUHARIJA.....	25
HRANA MALO DRUGAČE.....	26
DAN BREZ ZAVRŽENE HRANE.....	27



UVOD

Na Zemlji živi že več kot sedem milijard ljudi. Več kot milijarda se jih vsak dan sooča z lakoto, čeprav se na svetu pridelava dovolj hrane za vse. Na leto Zemljani zavržemo več kot 1,3 milijarde ton živil, kar je tretjina vse pridelane hrane. V letu 2017 je vsak prebivalec Slovenije zavrzel povprečno 64 kilogramov hrane. Od približno 132 tisoč ton odpadne hrane je bilo skoraj 40 % užitnega dela, ki bi ga lahko s pravilnim odnosom do hrane zmanjšali. Med odpadki tako konča velika količina hrane, ki je nedotaknjena ali s še veljavnim rokom uporabe.

S pomočjo Dnevnika zavržene hrane boste raziskovali, kaj se dogaja s hrano, ki jo zavržemo. Ugotavljali boste, ali je zavržena hrana problem tudi v vaši šoli. Razmišljali boste o socialnih, okoljskih in ekonomskih problemih, povezanih z zavrženo hrano.

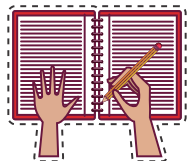
SPREJMI TE IZZIV:
Naučite se nekaj preprostih trikov, ki vam bodo pomagali zmanjšati količino zavržene hrane in prihraniti denar.



NAVODILA ZA UPORABO DNEVNIKA

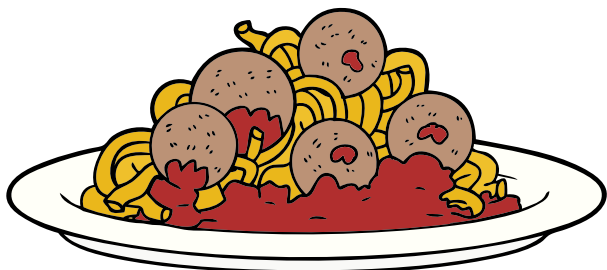
1

Dnevnik izpolnjujte redno. Merite lahko hrano, ki jo zavržete v vašem razredu ali pa na vsej šoli (pomagajte si s sodčki v kuhinji). Pri tem vam bodo pomagali učitelji in učiteljice ter kuhinjsko osebje.



3

S prijatelji v skupini pregledajte jedilnik. Izberite dneve, ko boste merili količino zavržene hrane. Dnevi si lahko sledijo po vrsti, lahko pa izberete le npr. dva dneva v tednu (morda vzamete kakšen dan, ko na jedilniku niso »najbolj priljubljene jedi«, in dan, ko menite, da se bo pojedlo skoraj vse). Na dan, ki ste ga izbrali, boste merili zavrženo hrano malice in kosila, v dnevniku pa vas čakajo tudi predlogi različnih nalog.



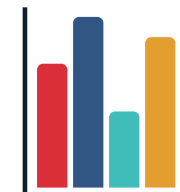
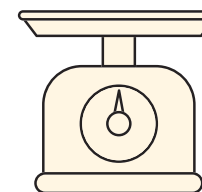
2

Na platnico dnevnika napišite podatke: razred, imena sodelujočih, ime šole in ime mentorja.



4

Dnevnik lahko rešuje posameznik ali skupina učencev. Izposodite si tehtnico, merilni valj/posodo in na dneve merjenja izmerite zavrženo hrano cele skupine/razreda. Najbolje je, da imate za merjenje tudi svoj kotiček, kjer boste tehtnico vedno imeli pri roki. Zavržena hrana se odlaga v posebne plastične sodčke, tako da vam količino vseh odpadkov na šoli vsak dan sproti lahko posreduje vodja kuhinje. Pri njem se pozanimajte tudi, koliko je bilo ostankov pri sami pripravi hrane (olupki, nagnito sadje ...). Svoje opombe in ugotovitve vpišite v dnevnik pod Opombe. Ko imate meritev za določen dan opravljeno, podatek o količini zavržene hrane vnesite tudi v graf.





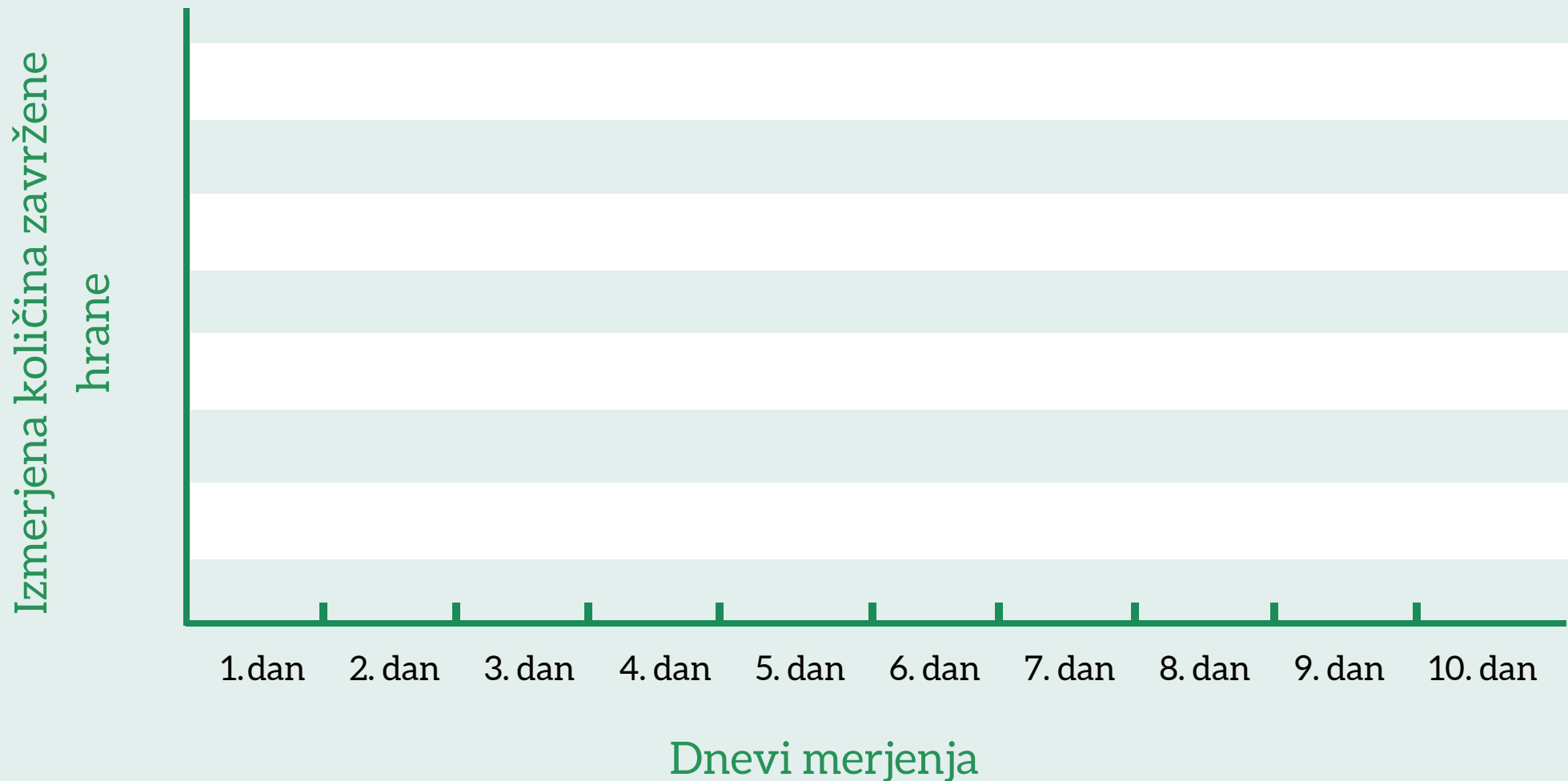
OPOMBE IN OPAŽANJA:

Datum:

GRAF

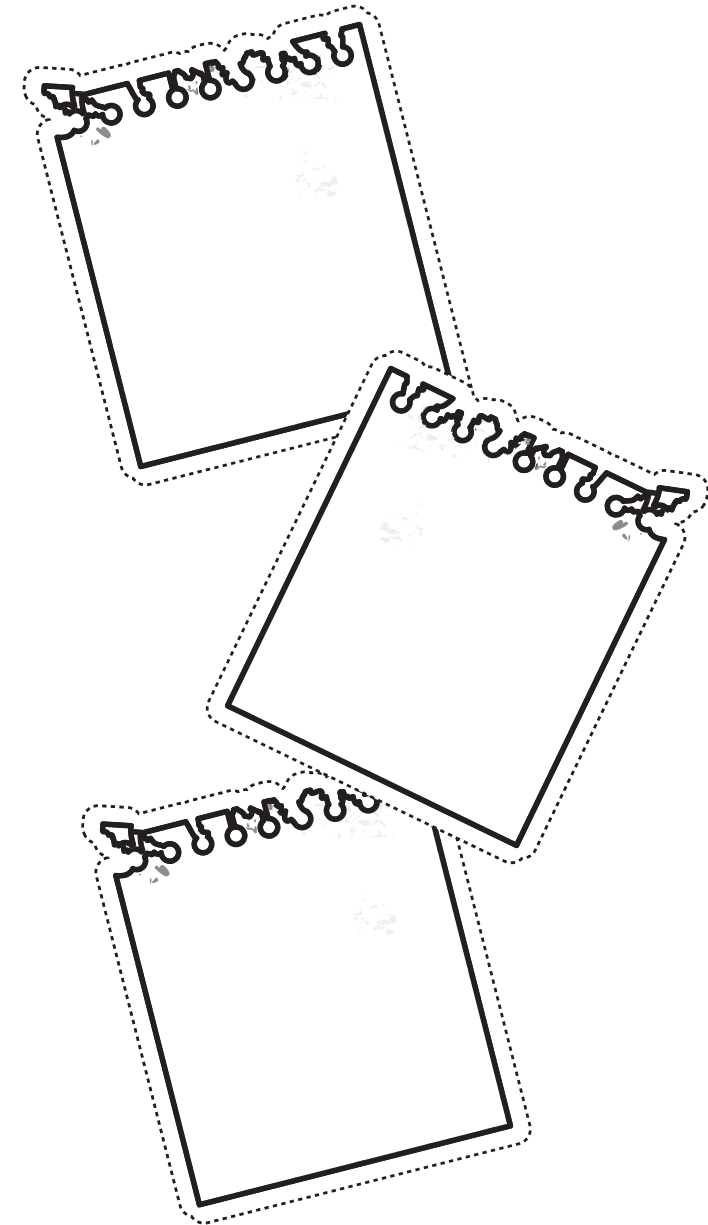
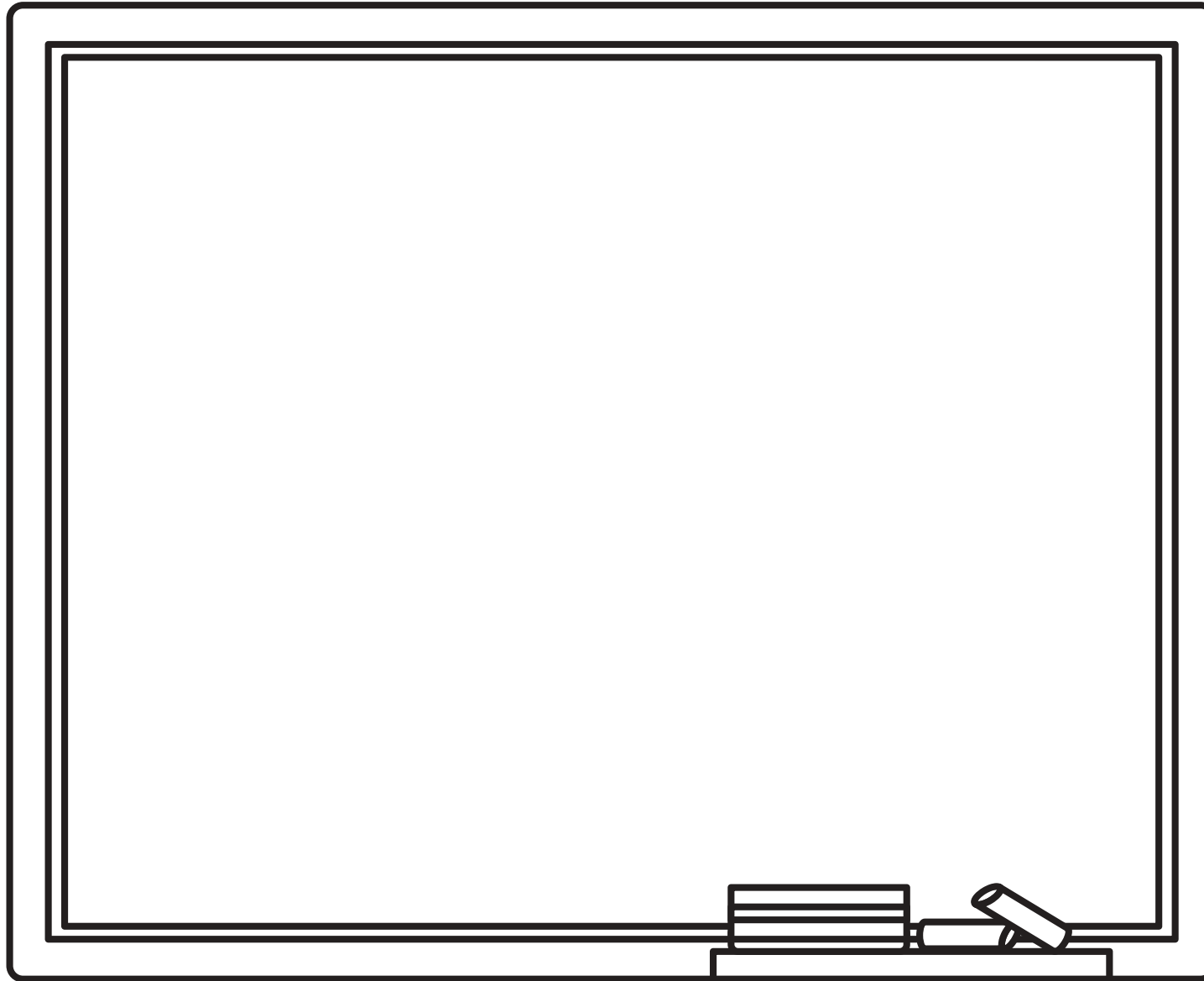
Izdelajte graf, ki ga lahko obesite v kotičku, namenjenem projektu Hrana ni za tjavendan. Vsak dan merjenja v graf označite količino zavržene hrane za ta dan.

Količina zavržene hrane

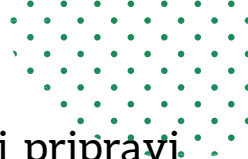


ŠOLSKI PROJEKTNI KOTIČEK

Pripravite čisto svoj kotiček, v katerem boste razstavljali svoje izdelke, delili nasvete ali recepte ter se družili s svojimi sovrstniki. V kotičku si lahko pripravite mizo ter jo opremito s pripomočki za tehtanje. Kako je videti vaš kotiček? Se med letom spreminja? Načrtujte, izvedite in fotografirajte različne dejavnosti v kotičku.

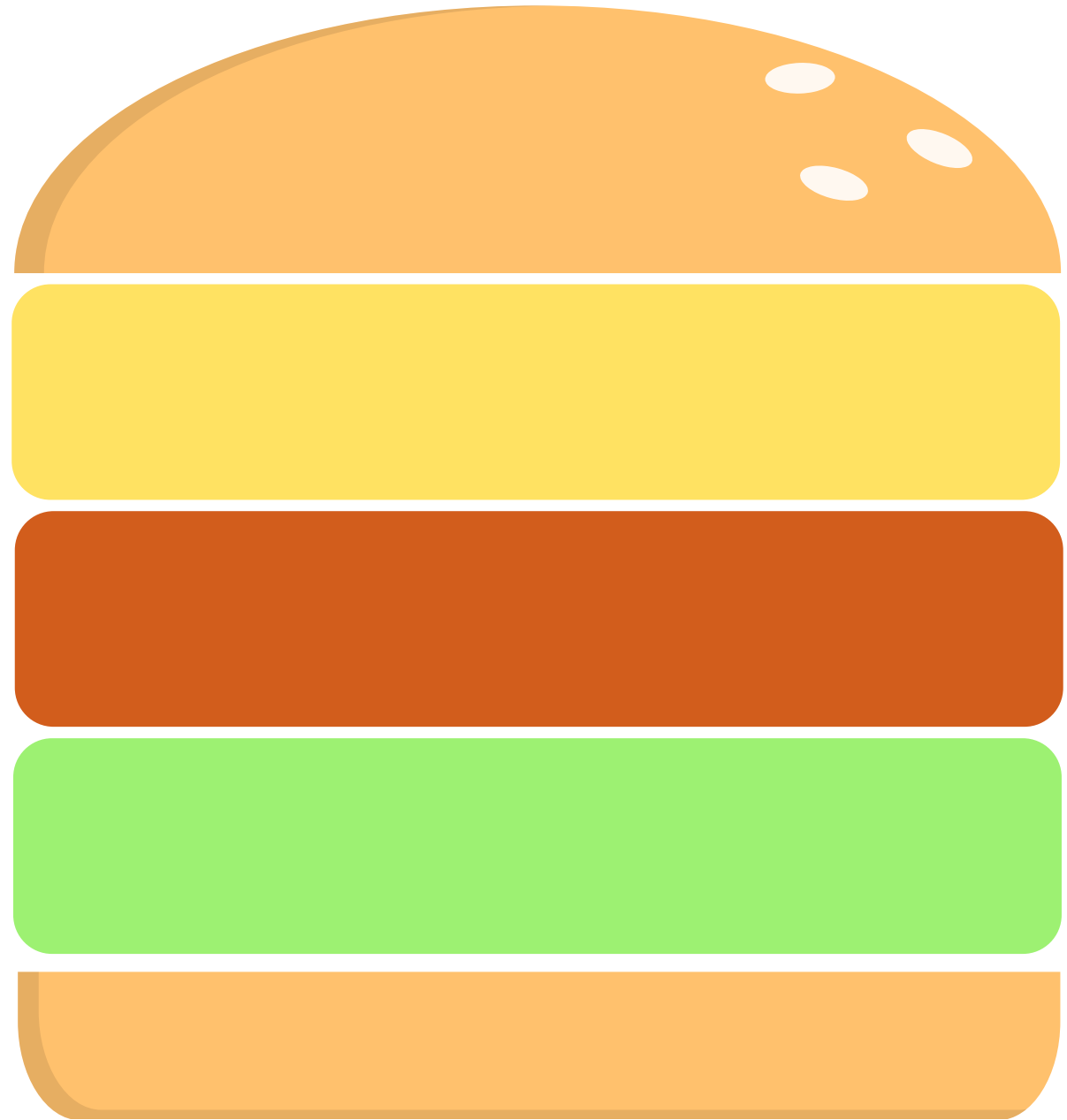


KDO PRIPRAVLJA



Spoznajte osebe šolske kuhinje, ki skrbi, da želodec učencev niso nikoli prazni. Kdo vse sodeluje pri pripravi šolskih obrokov? Kakšne so njihove naloge? Kdo naroči živila, ki jih pozneje skuhamo? Kdo napiše jedilnik? Izdelajte plakat ali veliki miselni vzorec, v katerem boste predstavili kuhinjsko osebo in dopisali njegovo vlogo v kuhinji.

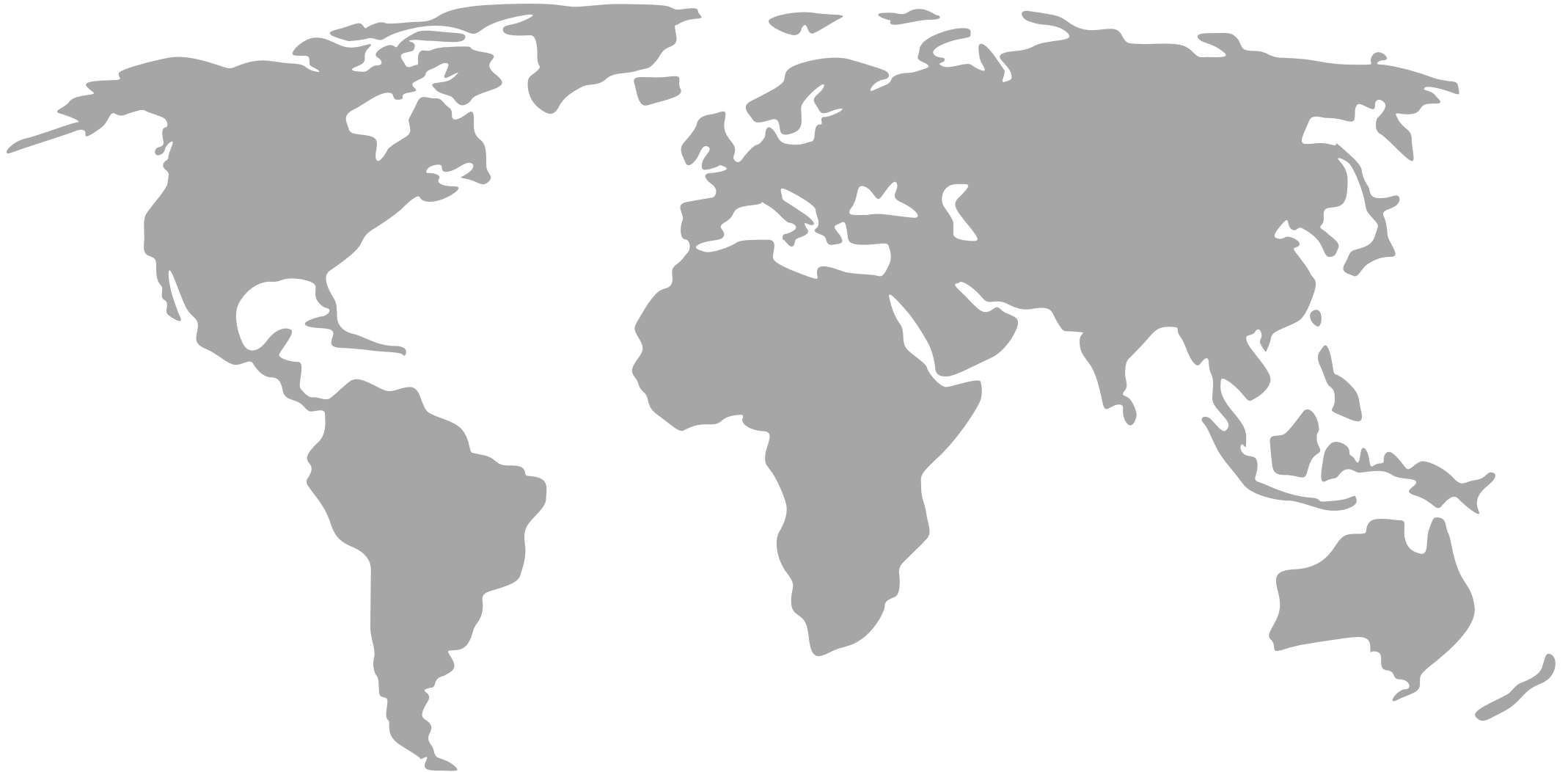
*V NAŠI ŠOLI ZA PRAZNE ŽELODCE
POSKRBIJO:*



OD KOD SO PRIŠLA ŽIVILA, KI SO NA KROŽNIKU?

Danes boste ugotovili, da so živila, ki so na vaših krožnikih, pripotovala iz vsega sveta. Na plakat narišite/prilepите zemljevid sveta. Na list izpišite živila, ki jih vsebujeta današnje kosilo in malica. Na listke narišite živila, jih prilepите na plakat in jih povežite s krajem, od koder prihajajo. Raziščite, kaj so prehranski kilometri in kaj je ogljični odtis.

Katero živilo je do vašega krožnika potovalo najdlje? Katerih živil je več - slovenskih ali tujih? Kaj je lokalna pridelava hrane in zakaj jo je po vašem mnenju treba spodbujati?



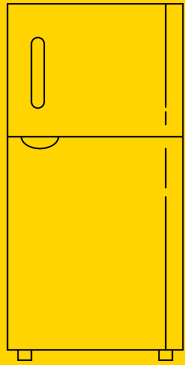


1 Načrtujte svoje obroke.

Količino zavržene hrane boste zmanjšali, če boste vnaprej načrtovali svoje tedenske obroke in nakupe. Naredite seznam jedi, ki jih boste pripravili prihodnji teden. Tudi, če hrano kupujete vsak dan sproti, je pomembno imeti nakupovalni listek spisan, še preden se odpravite v trgovino.

4 Načrtujte dan, ko boste pri pripravi jedi uporabili ostanke prejšnjih obrokov.

Vam občasno ostajajo določene količine jedi ali živil? Vsak teden izberite dan, ko boste uporabili odvečno hrano. Ostanke jedi lahko, če je mogoče, shranite v zamrzovalnik za naslednji obrok.



2 Najprej pregledajte živila, ki jih že imate v hladilniku in shrambi.

Pri načrtovanju obrokov naredite seznam živil, ki jih imate doma v hladilniku, zamrzovalniku ali shrambi. Imate v zamrzovalniku morda kos govedine ali pa v shrambi kakšno solato, ki bo kmalu ovenela? Živila, ki jih že imate doma vključite v svoj jedilnik. Eden izmed načinov, kako slediti hrani, ki jo imate doma, je, da izdelate stalno listo živil, ki so spravljena v hladilniku, zamrzovalniku ali shrambi. Listo vsak dan sproti dopolnjujte, tako bo možnosti, da se vam katero od živil pokvari minimalna.

6 KORAKOV DO NAČRTOVANEGA OBROKA

6 Svoj jedilnik pritrдите na hladilnik.

Jedilnik pritrдите tja, kjer ga bodo videli vsi družinski člani. Pomagal vam bo slediti pravi poti in preprečil, da bi kupovali nepotrebno hrano.

5 Napišite tedenski jedilnik in pripravite nakupovalni seznam.

Dobro pregledajte jedilnik in zapišite, kaj in koliko boste kupili. Pri svežih sestavinah načrtujte, koliko obrokov boste pripravili z njimi npr.: zelena solata - za dve kosili. In najpomembnejše - ne pozabite nakupovalnega seznama doma!



3 Jedilnik načrtujte glede na svoje tedenske aktivnosti.

V kolikor vas čaka naporen teden razmislite, ali boste resnično lahko pripravili obrok, ki ste si ga zamislili. Za dneve, ko imate veliko dela, načrtujte preproste obroke, ki se pripravijo hitro, in prihranite bolj zapletene jedi za dneve, ko boste imeli čas in energijo, da jih pripravite.



TEDENSKI JEDILNIK

- Preverite, katera živila imate v hladilniku, shrambi in zamrzovalniku.
- Jedilnik načrtujte glede na tedenske aktivnosti.
- Jedilnik pritrdite na hladilnik.

NAKUPOVALNI SEZNAM

- Glede na jedilnik napišite svoj nakupovalni seznam.
- Razmislite o količinah, ki jih boste kupili.
- Listek vzemite s seboj v trgovino.



Tedenski jedilnik

Ponedeljek

Torek

Sreda

Četrtek

Petek

Sobota

Nedelja

Živilo in količina

Sadje in zelenjava

Kruh in žitarice

Meso in ribe

Mleko in mlečni izdelki

Drugo

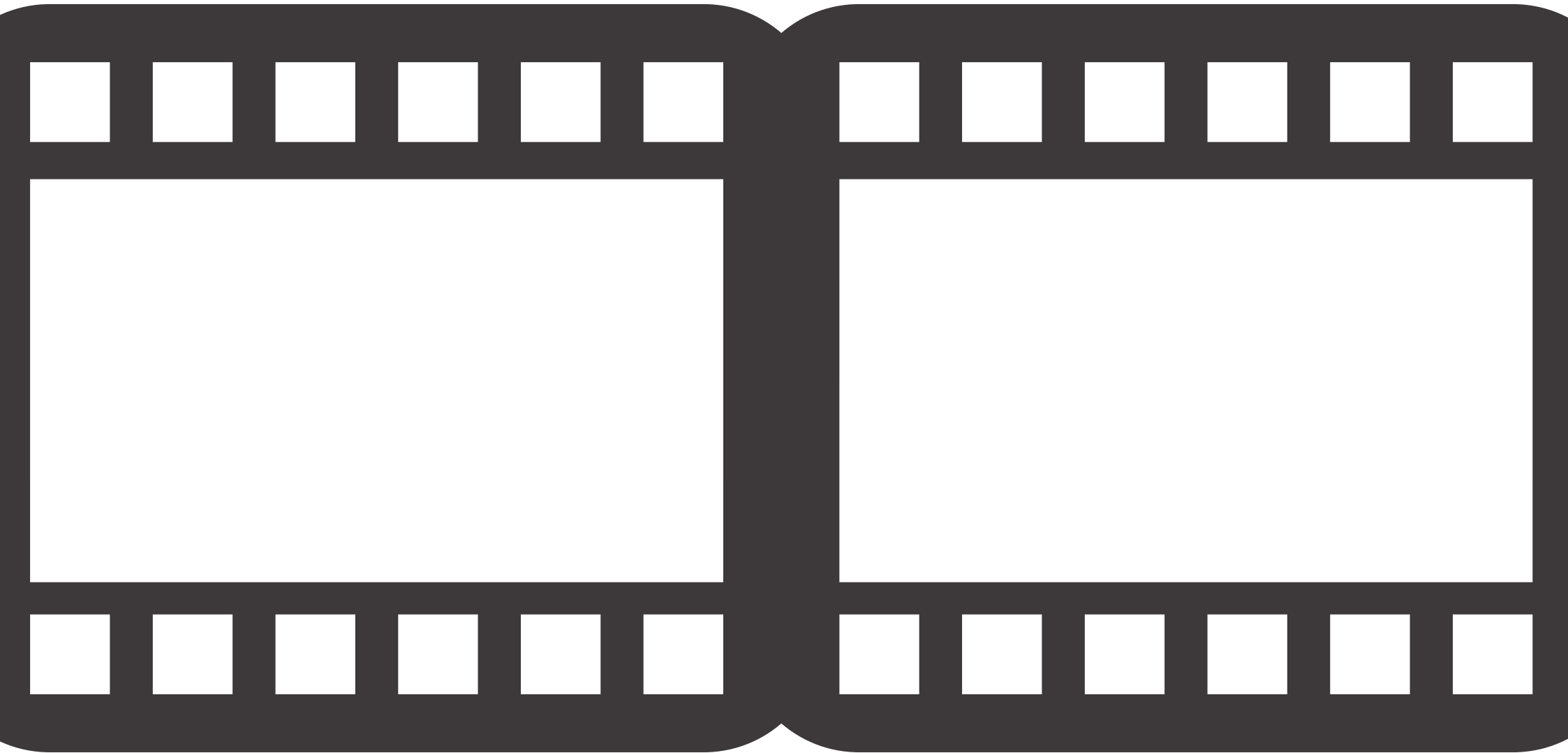
Drugo

Drugo

ZNATE PRAVILNO SHRANITI

HRANO?

Raziščite, kako v šoli in doma shranjujete hrano. Na velik karton narišite hladilnik ter vanj dorišite, kam bi shranili živila, ki so jih kuharji potrebovali za pripravo današnjih obrokov. Iz dveh odpadnih kartonastih škatel lahko izdelate hladilnik, ki ga napolnite z odpadno embalažo živil. Kako bi shranili ostanke današnjih obrokov? Predloge napišite/narišite ter jih nalepite v svojem kotičku (fotografijo lahko nalepите spodaj).

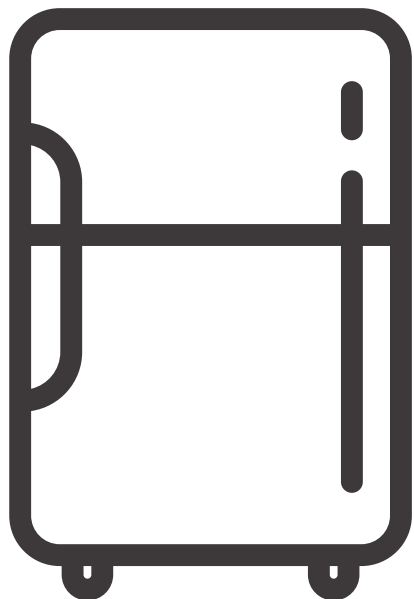


Shranjujte pametno: zamrzovalnik

Pri zmanjševanju količine zavržene hrane ima pomembno vlogo tudi zamrzovalnik. Zamrzovanje podaljša užitnost hrane. Tako lahko shranjujemo hrano, ki je nimamo časa pripraviti in pojesti.

Zamrznjena hrana je varna za uživanje, vendar se po določenem času začne slabšati njena kakovost. Oglejte si tabelo z naslednje strani, ki vam bo povedala, kako dolgo lahko shranjujemo različna živila v hladilniku in v zamrzovalniku. Če se boste držali časovnih omejitev iz tabele, bo vaša zamrznjena hrana tako okusna kot sveža. Obstaja nekaj živil, ki zamrzovanja ne prenesejo dobro, vključno z mlečnimi proizvodi, ocvrto hrano in zelenjavo z veliko vsebnostjo vode, kot so zelje, solata ali kumare.

Pri zamrzovanju je pomembno, da veste, kaj ste zamrznili in kdaj ste kaj zamrznili. Izdelajte svoje oznake za zamrzovanje (lahko si pomagata s spodnjim primerom).



	VSEBINA: <hr/>
	DATUM: <hr/>

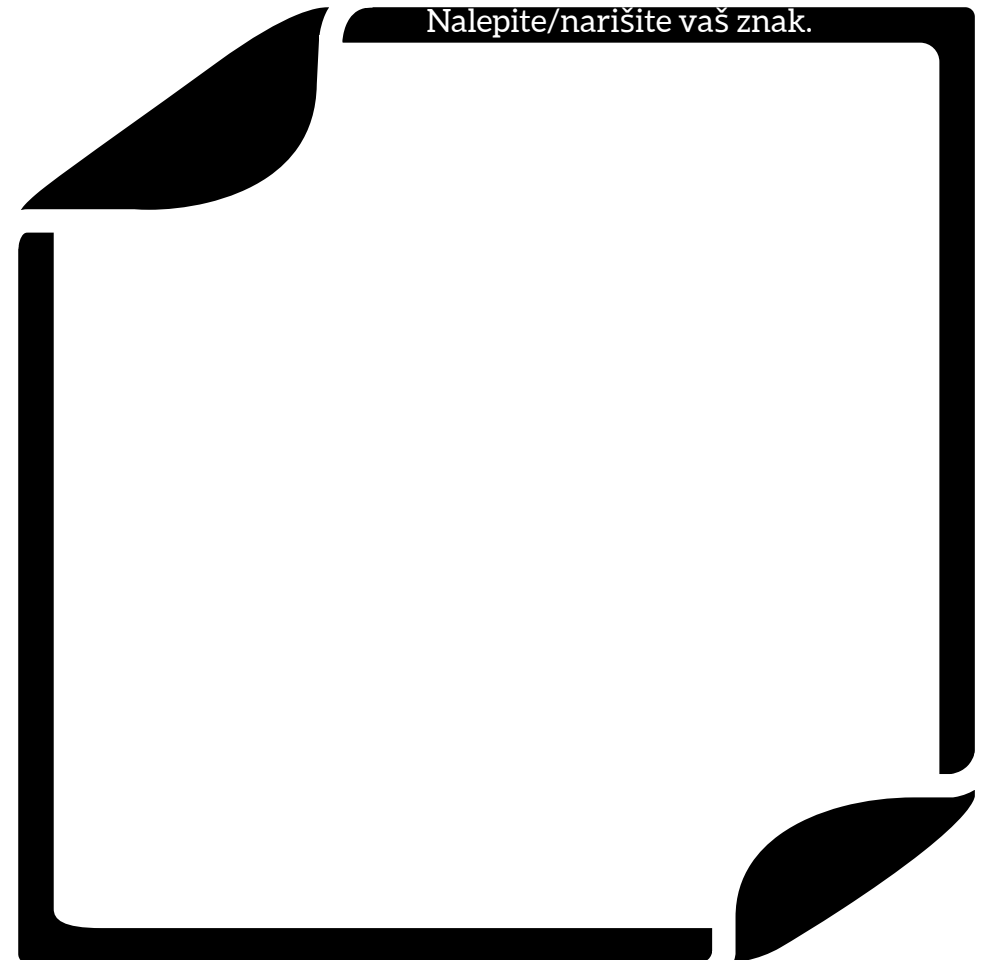
SHRANJEVANJE HRANE V HLADILNIKU IN ZAMRZOVALNIKU

ŽIVILO	HLADILNIK	ZAMRZOVALNIK	ŽIVILO	HLADILNIK	ZAMRZOVALNIK
JAJCA			JUHE		
Sveža, v lupini	4-5 tednov	Ne zamrzuj.	Mesne, zelenjavne	3-4 dni	2-3 mesece
Surovi rumenjaki, beljaki	2-4 dni	1 leto			
Trdo kuhana jajca	1 teden	Ne zamrzuj.			
Majoneza, kupljena	2 meseca	Ne zamrzuj.	SVEŽE MESO (govedina, teletina, jagnjetina, svinjina, perutnina)		
MLETO MESO			Zrezki	3-5 dni	6-12 mesecev
Mleto, začinjeno mešano meso	1-2 dni	3-4 mesece	Koščki mesa	3-5 dni	4 - 6 mesecev
Mleto puranje, svinjsko, jagnječje, telečje meso	1-2 dni	3-4 mesece	Meso za žar	3-5 dni	4 -12 mesecev
			Drobovina	1-2 dni	3-4 mesece
			Piščanec, puran, cel	1-2 dni	1 leto
			Piščanec, puran, v kosih	1-2 dni	9 mesecev
HRENOVKE, SLANINA, KLOBASE			OSTANKI MESA		
Hrenovke, odprto pakiranje	1 teden	1-2 meseca	Kuhano meso in mesne jedi	3-4 dni	2-3 mesece
Slanina	7 dni	1 mesec	Mesne obare	1-2 dni	2-3 mesece
Klobasa, svinjska, piščančja, goveja ali puranja, surova	1-2 dni	1-2 meseca	Paniran piščanec	3-4 dni	4 mesece
			Jedi s perutninskim mesom	3-4 dni	4-6 mesecev
			Kosi perutninskega mesa z omako	3-4 dni	6 mesecev
<i>Ali več ... ? Pri zamrzovanju postanejo začimbe, kot so poper, česen, klinčki ... grenki? Čebula in paprika med zamrzovanjem spremenita teksturo in okus. Sol pripomore k žarkosti katerekoli zamrznjene jedi, ki vsebuje maščobo. Jedi, ki jih zmrzujete, le nežno začinite. Dodatne začimbe dodajte raje pri pogrevanju.</i>			RIBE IN MORSKI SADEŽI		
			Manj mastne ribe	1-dni	6 mesecev
			Mastne ribe	1-2 dni	2-3 mesece
			Kuhane ribe	3-4 dni	4-6 mesecev
			Prekajene ribe	14 dni	2 meseca
			Sveži rakci, školjke, lignji	1-2 dni	3-6 mesecev

Znak "Najprej pojej mene"

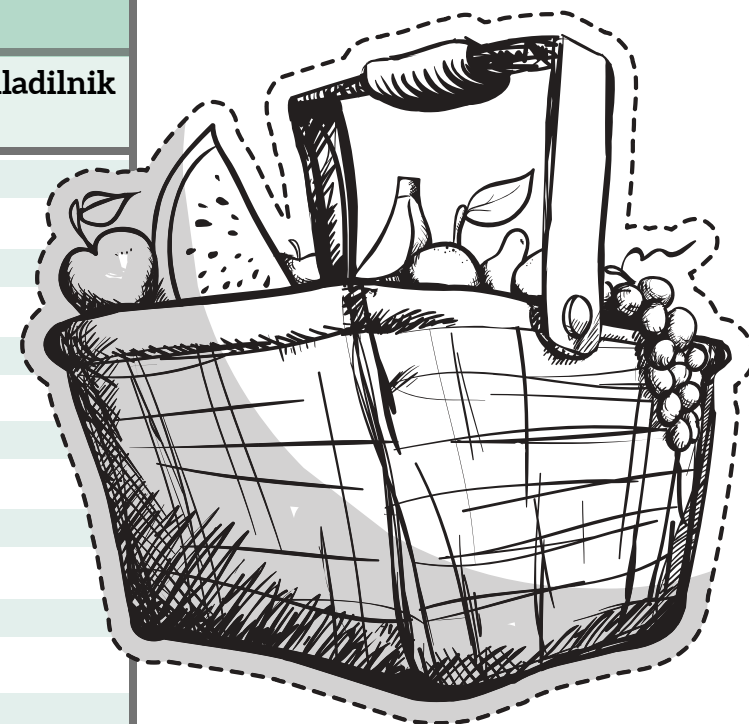
»Pojej, kar kupiš« bi moralo biti prvo geslo borcev proti zavrženi hrani. Sliši se preprosto, vendar vsi vemo, kako hitro pozabimo na ostanek kosila ali na pol pojedene lončka kisle smetane v hladilniku.

Da bi se temu izognili, v hladilniku uredite poseben prostor za hrano, ki jo je treba čim prej pojesti. Lahko si izdelate znak, npr. »Najprej pojej mene«, in z njim opremite polico v hladilniku. Tako bodo vsi družinski člani vedeli, po katerih živilih naj sežejo najprej, ko so lačni ali ko morajo skuhati naslednji obrok.



SHRANJEVANJE SADJA IN ZELENJAVE

ŽIVILO	Shranjeno pri sobni temperaturi	Po dozorevanju na sobni temperaturi shranimo v hladilniku	Takoj damo v hladilnik
ANANAS		3-5 dni	
ARTIČOKE			1 teden
AVOKADO		3-5 dni	
BANANE	2-5 dni	5-7 dni	
BELUŠI			3-4 dni
BOROVNICE		1-2 tedna	
BRESKVE, SLIVE		3-5 dni	
BROKOLI			3-5 dni
BUČKE			4-5 dni
CVETAČA			1 teden
ČEBULA	2-3 mesece		
ČESEN	3-5 mesecev		
ČEŠNJE		4-7 dni	
GROZDJE		5-7 dni	
HRUŠKE		5-7 dni	
JABOLKA		3-4 tedne	
JAGODE, MALINE		2-3 dni	
JAJČEVEC			5-7 dni
KIVI		5-7 dni	
KORENJE			3-4 tedne
KUMARE			1 teden
LIMONE		2-3 tedne	
LUBENICA		2 tedna	
MANGO		5-7 dni	
PAPRIKA			1-2 tedna
PARADIŽNIK		2-3 dni	
PESA			2 tedna
REDKVICE			10-14 dni
STROČJI FIŽOL			3-5 dni
ZELENA			1-2 tedna
ZELJE			1 teden



Večina sadja najbolje dozoreva pri sobni temperaturi. Ko je sadje enkrat zrelo, ga je treba shraniti v plastičnih vrečkah v hladilniku.

Jagodičje, fige in grozdje moramo takoj pospraviti v hladilnik.

Sadja in zelenjave ne perite, dokler ju ne nameravate porabiti.

Nekatere vrste sadja in zelenjave pri dozorevanju izpuščajo etilenske pline, kar pospešuje dozorevanje drugih živil. Od drugih živil ločite: jabolka, marelice, avokado, fige, nezrele banane, nektarine, breskve, slive in paradižnik.

EMBALAŽA

Danes večino hrane kupimo v trgovinah. Police so polne lepe, pisane, vabljive embalaže. Ste se kdaj vprašali, zakaj mora biti določena hrana v določeni embalaži? Katere vrste embalaže poznamo? Katere podatke lahko razberemo z embalaže? Specite domače piškote, pripravite korenčkov sok ali slastno marmelado. Kako boste hrano, ki ste jo pripravili, shranili? Boste oblikovali svojo embalažo, dodali okraske ali deklaracijo?

IME ŽIVILA

IZ ČESA JE IZDELANA
EMBALAŽA?

INFORMACIJE
NA ŽIVILU

KAKO EMBALAŽA
VARUJE HRANO?

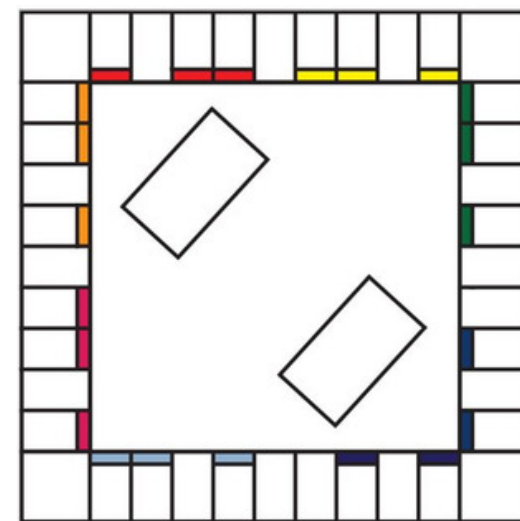
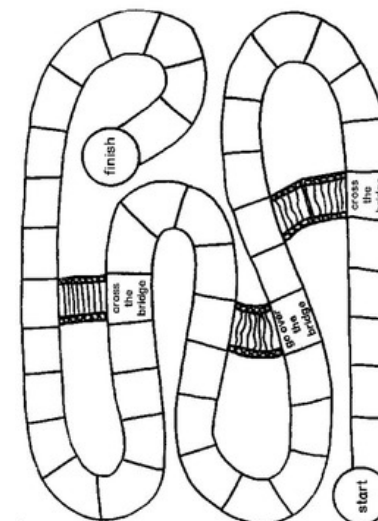
JE OBLIKA EMBALAŽE
PRIMERNA? ZAKAJ?



KAM GRE HRANA, KI OSTANE NA KROŽNIKU?

Raziščite, kam gre hrana, ki je ostala na vaših krožnikih. Imate na šoli posebne zabojnike za odlaganje hrane? Kdo skrbi za biološke odpadke? Imate kompost? Poskusite narediti igro v slogu človek ne jezi se/lestvice/monopoli/karte in predstaviti pot hrane (od rasti - pridelave, predelave, nakupa, kuhanja, kaj naredimo z ostanki hrane, kakšen konec čaka ostanke hrane).

Prostor za risbo/fotografijo vaše namizne igre.



KAJ IMAJO SKUPNEGA VERMIKOMPOSTIRANJE IN SEMENSKE BOMBE? KOMPOST, SEVEDA!

Vermikompostiranje = kompostiranje s pomočjo deževnikov. Dober kompost je mogoče pridobiti tudi s kompostiranjem z deževniki. Ta mala bitja so na svetu zato, da razkrajajo tako naravne kot kuhinjske odpadke. Vermikompostiranja se lahko lotimo na prostem in v zaprtih prostorih. Vse, kar potrebujemo, je koš ali zaboj s pokrovom, podlago, odpadke in deževnike.

Zabavno učenje z deževniki

S pomočjo razrednega kompostnika se učimo o življenjskem prostoru, življenjskem ciklu in odgovornosti. Predelate lahko tudi kar nekaj organskih odpadkov, ki vam ostanejo. Kompost, pridelan s pomočjo deževnikov, je poln mineralov in vitaminov, ki hranijo prst in s tem pomagajo pri rasti rastlin. Kompostiranje je način, s katerim pridobimo eno najkakovostnejših prsti na Zemlji.

Postelja za deževnike

Ko je vaš zaboj pripravljen, se lotite stelje. Zanj uporabite natrgan časopisni papir, karton ali odpadlo listje dreves. Prva plast naj bo debela 2,5-5,1 cm. Listi javorja so za deževnike zelo primerni, nikar pa ne uporabite listov oreha, saj bodo vaši deževniki zboleli. Stelja, ki ste jo pripravili, je bogata z ogljikom, ki bo pomagal uravnovežiti visoko vsebnost dušika v ostankih živil. Stelja mora biti vedno vlažna (kot ožeta goba za brisanje table), zato redno uporabljajte pršilko z vodo (mlačno). Deževniki dihajo skozi kožo, ki mora zato ostati vlažna. Če je vsebina kompostnika premokra, bo postal vaš kompostnik smrdljiv. Tako kot mi tudi deževniki za preživetje potrebujejo uravnoveženo življenjsko okolje, ki vključuje bivališče, zrak in vodo.

Kako narediti kompostnik z deževniki

Za ogrodje kompostnika z deževniki lahko uporabite les ali odvečno plastično škatlasto embalažo ali celo plastenke. Kompostnik mora biti pokrit z vseh strani, saj imajo deževniki radi temo. Škatla mora biti dolga 20-30 cm ter globoka do 35 cm, saj se kalifornijski deževniki hranijo na površini. Na vseh straneh kompostnika izvrtajte 0,5 cm široke luknje, po 15 cm narazen, saj deževniki, prav tako kot mi, za življenje potrebujejo tudi kisik. Skozi luknje bo izhlapevala tudi odvečna vlaga, če boste zemljo preveč zalili.

Kaj deževniki radi jedo?

Ostanke zelenjave in sadja, žitarice, kavno usedlino, čajne vrečke, majhne količine kruha in drugo nemastno hrano.



Pobiranje komposta

Prvič boste svoj kompost lahko pobrali po štirih mesecih. Najlaže to storite tako, da staro steljo z deževniki porinete v en konec posode. Drugi konec nasteljete s svežo steljo in nanjo položite hrano. Deževniki se bodo v treh tednih preselili v novo domovanje, vam pa bo ostal kompost. Čestitamo, pripravili ste eno najboljših gnojil na Zemlji! Vaše gnojilo je bogato s hranili in fosforjem. Kompost je popoln za vzgojo novih rastlin, potresete pa ga lahko tudi po svojem vrtilčku. Lahko pripravite tudi mešanico za gnojenje – kompostu dodajte vodo in s tem gnojilom zalijte rastline (barva mešanice mora biti podobna barvi ledenega čaja) ali pa rastline popršite po listih in se znebite škodljivcev.

Česa deževniki ne jedo?

Mesa, kosti, mlečnih živil, iztrebkov hišnih ljubljencev, mastne hrane, česna, čebule in olupkov citrusov, banan. Olupki citrusov vsebujejo naravne insekticide, ki škodijo tudi deževnikom.

Hranjenje deževnikov

Pomembno je, da svoje deževnike hranite pravilno. Deževniki radi jedo hrano rastlinskega izvora, kot so sadje, zelenjava, stročnice, oreški, semena in izdelki iz žitaric, kot so riž, makaroni in kruh. Ko ste pripravili steljo, v en kot zaboja dodajte majhno količino hrane. Občasno preverite, ali so deževniki hrano že pojedli. Ko kupček hrane izgine, jim dodajte hrano v drugi kot.

Za kompostiranje so primerni kalifornijski, kompostni ali rdeči deževniki, čeprav se čedalje bolj uveljavlja mnenje, da so njihovi sorodniki prav tako dobri, čeprav rijejo malo globlje kot kalifornijski. Navadni deževniki za kompostiranje v kompostnih koših niso primerni, saj imajo drugačne bivalne in prehranjevalne navade (opazujete jih lahko v zunanjih kompostih in zemlji).

Rdeče deževnike je mogoče kupiti pri ribiški družini, na kmetiji, v ribiški trgovini, v vrtnem centru ali pri gojitelju. Število deževnikov je odvisno od velikosti našega kompostnika.

1000 deževnikov (0,5 kg) = 0,25 kg hrane/dan,
zadostuje za do 4-člansko družino
2000 deževnikov (1 kg) = 0,5 kg hrane/dan
3000 deževnikov (1,5 kg) = 1 kg hrane/dan

SEMENSKE BOMBE

Potrebujemo:

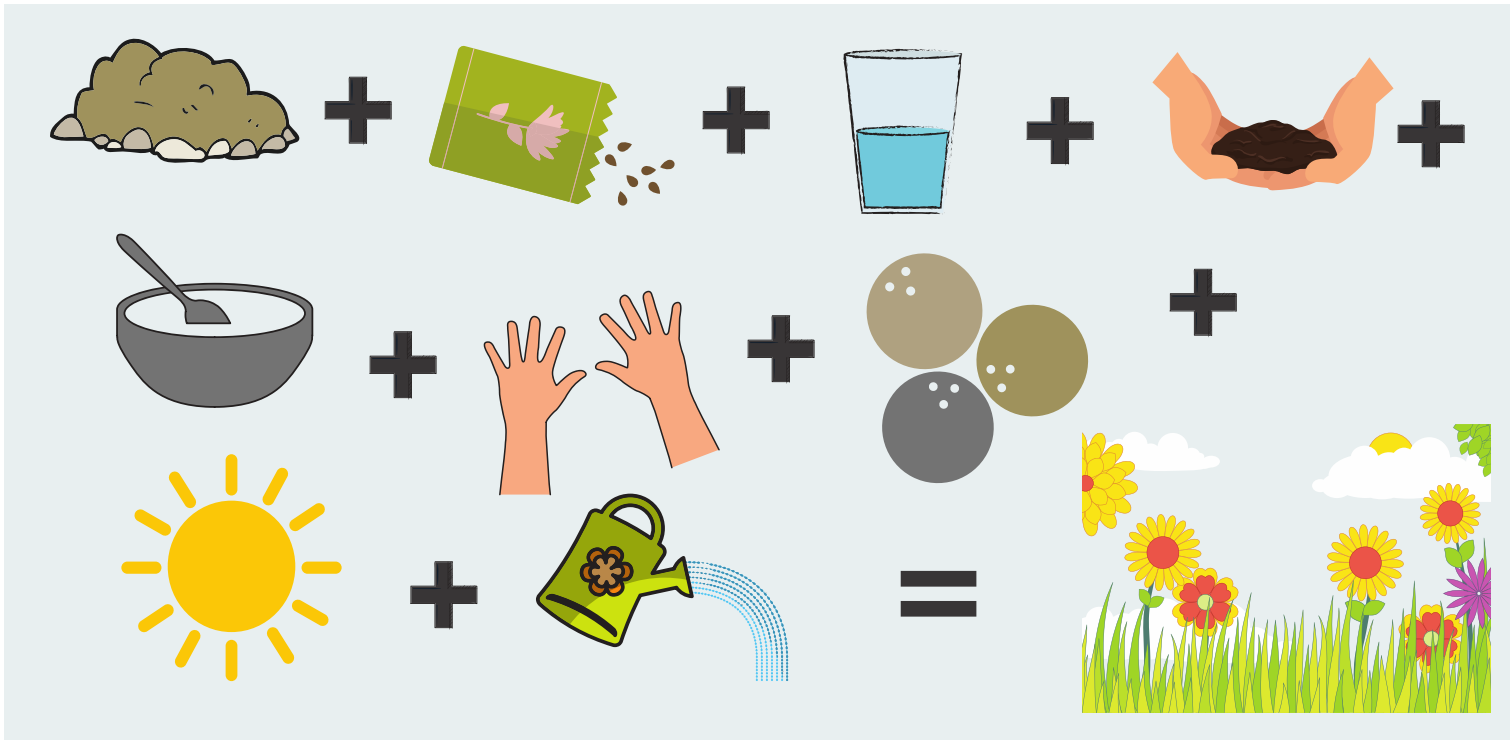
- glino v prahu (lahko jo naberete tudi v naravi): semena varuje pred insekti in pticami,
- vodo (za dodajanje glini, ko je semenska bomba končana, ne dodajate več vode),
- semena,
- kompost,
- zamašek jogurta oz. izsekač, da bodo kroglice enako velike.

Postopek:

Pripravite mešanico 5 : 1 : 1. Zmešajte pet delov gline (če želite barvasto kroglico, dodajte malo živalske barve) z enim delom komposta, enim delom semen in nekaj kapljicami vode. Pregnetite v dlani, sploščite in izrežite na želeno velikost. Izrezan del preoblikujte v kroglico in posušite na soncu.

Kako delujejo?

Semensko bombo zakopljite tik pod površino. V treh tednih boste opazili prve rastlinice. Semena bodo počakala, da bodo za njihovo rast razmere zunaj najboljše. V bombe lahko zamešate eno ali več vrst semen.





RECIKLIRANA KUHARIJA

Ste vedeli, da iz kruha, ki ga niste pojedli, lahko pripravite kruhove cmoke ali odlične »pohane šnite«? Iz jabolk, ki so ostala, lahko skuhate čežano ali pripravite domači kis? Raziščite, kako bi lahko uporabili živila, ki nam ostanejo. Boste zapisali recepte za pripravo nove jedi iz živil, ki so vam ostala? Boste presežek živil uporabili kot čistilno ali negovalno sredstvo? Svoje recepte v kotičku delite s sošolci, starši in zaposlenimi na šoli. Svoje recepte predstavite na čim bolj stvarjalen način (strip, kolaž, fotostrip ...) in sodelujte v našem nagradnem natečaju.

Prostor za risbo/fotografijo vaše kulinarične mojstrovine.



HRANA MALO DRUGAČE

Kaj imata skupnega hrana in umetnost? Ali rek, da ljudje jemo z očmi, drži tudi za vas? Iz različnih živil, ki so ostala od malice ali kosila, poskušajte pripraviti čim bolj zanimivo obliko. Znete iz sadja in zelenjave ustvariti dinozavra? Morda cvetlico? Vas bo iz vašega namaza opazovala nagajiva hobotnica? Izbira je vaša. Preden svoje umetnije pojedete, jih fotografirajte. Iz sadja in zelenjave, ki ste ju uporabili, lahko pripravite okusne smutije, ki jih v kotičku ponudite drugim učencem.

Prostor za risbo/fotografijo vaših kreacij.



DAN BREZ ZAVRŽENE HRANE

24.4.2020 BO POTEKAL VSESLOVENSKI EKOŠOLSKI DAN BREZ ZAVRŽENE HRANE. PRIDRUŽITE SE NAM TUDI VI!



Prostor za risbo/fotografijo vašega dne brez zavržene hrane.



Izdelajte svoj dnevnik zavržene hrane, ter v njem predstavite aktivnosti, ki ste jih naredili.

Razmislite, kakšne so možnosti za spremembe in prilagoditve, ki bi lahko vplivale na zmanjšanje količine zavržene hrane.

Skupaj pripravite predloge za globljo ozaveščenost pri ravnanju z zavrženo hrano pri učencih.

**KAJ BOSTE ZA ZMANJŠANJE
KOLIČINE ZAVRŽENE HRANE
STORILI VI?**