

Внеурочная деятельность в 1 классе.
Факультативный курс «Разговор о правильном питании»

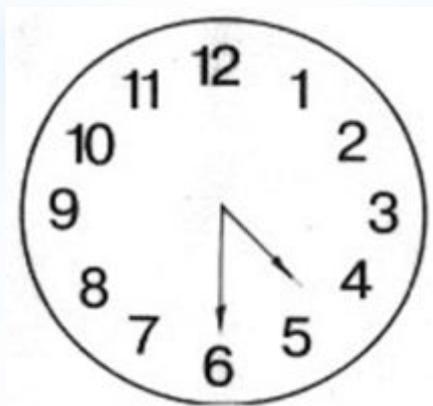
ПОЛДНИК

Время есть булочки

Вольская Ольга Анатольевна
Учитель начальных классов
МБОУ СОШ №18 г. Иркутска

Полдник

Время есть булочки



Запомни!

Утром - завтрак

Днём-обед и ПОЛДНИК

Вечером - ужин

Полдник -

лёгкий приём пищи

ЕДА ДЛЯ ПОЛДНИКА



Белая водица,
Всем нам пригодится.
Из водицы белой
Всё, что хочешь, делай.

* Молоко





Конкурс-викторина «Знатоки молока»



ЕДА ДЛЯ ПОЛДНИКА

Молоко,
молочные
продукты

ВЫПЕЧКА





печенье

СУШКИ



круассаны



блины

оладьи



рулеты



пряники



плетёнка



батон



Ватрушки



Таких **ЖАВОРОНКОВ** пекут на день памяти
40 мучеников Севастийских (22 марта)







Завязать жгут узлом, придавая одному кончику форму головки птицы.





Другой кончик немного расплющить и сделать несколько надрезов в виде хвостика птицы.



Сделать глазки из изюма (разрезать изюминку на несколько частей).



жаворонок



Молодцы !



* Источники ресурсов:

- * Девочка полдничает <http://www.megabook.ru/MObjects2/DATA4/otherfiles/rykunova2173.jpg>
- * Девочка, кувшин с молоком <http://www.artleo.com/min/201203/19798.jpg>
- * Корова <http://img.cliparto.com/pic/xl/183996/3226143-the-cow.jpg>
- * Кувшин с молоком <http://i.doska.ru/images/2013-01-13/9270/Xn8PFUtm/1.th2.jpg>
- * Йогурт
http://www.molokonadom.com/published/publicdata/MOLOKONA1/attachments/SC/products_pictures/809_enl.JPG
- * Кефир http://mosuniopt.ru/d/92794/d/63264201_7.jpg
- * Сметана
http://www.inshop24.ru/static/pimages/productimage-picture-00078719-92249_jpg_620x620_q85.jpg
- * Хлебобулочные изделия
http://arstyle.org/uploads/posts/2010-01/1262694326_1194631677_083_004.jpg
- * Батон <http://bm.img.com.ua/img/prikol/images/large/9/5/176759.jpg>
- * Сушки http://sweetinfo.ru/data/tradeboard/4188/tradeboardJwzwtT_img.jpg
- * Круассаны http://www.marr.ru/_data/catalogue/0001411/kruasan-syr.jpg
- * Оладьи <http://usiter.com/uploads/20120417/blini+hlebobulochnie+izdeliya+65143386716.jpg>
- * Ватрушки <http://usiter.com/uploads/20120531/vatrushki+hlebobulochnie+izdeliya+eda+44196065888.jpg>
- * Печенье
<http://usiter.com/uploads/20120417/pechene+domashnee+domashnyaya+vipechka+hlebobulochnie+izdeliya+vipechka+62930691367.jpg>
- * Жаворонки http://gotovim-doma.ru/img/img0371_1.jpg
- * Булочка Жаворонок <http://www.photorecept.ru/wp-content/uploads/2011/02/bulochki-zhavoronki-img.jpg>