

# Wieści ze szkół

---

## Kto soki pije ten długo żyje

16/12/2021, dodał: **Magda Polańska**



**Jesień to jedna z najpiękniejszych pór roku, która daje nam moc różnych darów, takich jak owoce i warzywa.**

Każdy przedszkolak rozumie już potrzebę spożywania dużych ilości owoców oraz warzyw. Dzieci dobrze też wiedzą jak bogate w witaminy są soki owocowe, bowiem „kto soki pije ten długo żyje”.

Soki to nie tylko doskonałe źródło witamin i cennych składników, ale też pyszne, naturalnie słodkie napoje.

Z myślą o bogactwie zawartych w owocach i warzywach witamin pani Tosia wraz z 6 - latkami postanowiła w przedszkolu w Olszówce zrobić sok jabłkowo- marchewkowy. Zanim jednak przystąpiono do pracy dzieci zapoznały się z urządzeniem do robienia soku - sokowirówką, jego działaniem i zasadami bezpieczeństwa. Dzieci umyły też owoce i warzywa, a następnie samodzielnie wyciskały. Po skończonej pracy degustowały swój wyrób.

*Soczek wszystkim bardzo smakował, tym bardziej, że wykonany był przez dzieci - zdrowy dzień w*

przedszkolu podsumowuje opiekunka grupy. *Nie miał też dodatku cukru i konserwantów. Sok marchewkowo - jabłkowy był po prostu pycha!*

Antonina Wsół