magazín pro zdravý životní styl, www.vimcojim.cz
Video 28. 1. 2017 | vcj

Fandíme zdraví - Školní stravování POLÉVKY

URL článku: magazin/videa/Fandime-zdravi---Skolni-stravovani-POLEVKY__s10008x10179.html

Polévky do zdravého jídelníčku rozhodně patří. Děti v nich přijmou i větší množství zeleniny, než kdyby ji měly jíst syrovou. Ačkoli množství vitamínů je menší, tak minerální látky a vláknina zůstávají zachovány. Dobré je vyvážit druh polévky s hlavním jídlem, a tak vytvořit vyvážený jídelníček. Tipy a triky, jak zvýšit oblíbenost polévek u dětí, nabízí následující video.

Copyright © 2024
Vím, co jím a piju, o.p.s., www.vimcojim.cz