

Daje witalność na cały dzień - Idealne śniadanie zapewne młodemu organizmowi energią na cały, aktywny dzień. Jednak, by spełniło swoje zadanie, powinno być urozmaicone oraz bogate w witaminy i minerały.

Dlatego, że śniadanie jest bardzo ważnym posiłkiem obchodzimy w naszej szkole **24 kwietnia Europejski Dzień Śniadania** i propagujemy ideę jedzenia śniadań przez dzieci.

Polecam przepisy na różnorodne śniadania i pasty do kanapek.

<https://www.przepisy.pl/przepisy/posilek/sniadanie>

<https://www.wszelkieprzepisy.pl/sniadania>

<https://m.smaker.pl/polecane/co-poda%C4%87-na-eleganckie-%C5%9Bniadanie>

https://www.kwestiasmaku.com/dania_dla_dwojga/sniadania/przepisy.html

<https://www.kwestiasmaku.com/przepisy/pasty-kanapkowe>

<https://zdrowie.tvn.pl/a/przepisy-na-smaczne-i-zdrowe-pasty-do-kanapek>



Kasia Czakiert – pedagog szkolny

Źródło internetowe:

<https://dietetycy.org.pl/sniadanie-dlaczego-takie-wazne/>