

# Grecka przygoda w "dwójce"

## Warsztaty dla klas 8



### Porozmawiamy o:

- roli warzyw w żywieniu
- poznamy normy kaloryczne i ich rozkład w ciągu dnia

### Przygotujemy:

Grecką sałatkę z:

- zielonych sałat
- pomidorków, ogórka
- oliwek, sera feta
- cebuli czerwonej
- a do tego zrobimy ekstra dresing z ziołową nutą