

## Navodila za delo

1. V petek, 20.11., je bil dan slovenske hrane in tradicionalni slovenski zajtrk ste si pripravili kar doma.

2. Zajtrk je zelo pomemben del zdrave prehrane. Ta teden si oglejte nekaj videoposnetkov o TSZ in lokalno predelani hrani

- <https://www.nasasuperhrana.si/tradicionalni-slovenski-zajtrk/aktualno/tzs-izobrazevalni-video/>
- Zdrav zajtrk za zdrav način življenja:  
[https://www.youtube.com/watch?v=FZy\\_d5ZtXC8](https://www.youtube.com/watch?v=FZy_d5ZtXC8)
- TSZ in lokalno pridelana hrana  
<https://video.arnes.si/portal/asset.zul?id=EHEQNhTUhReNcnbAtPWhCADp>

3. Lokalna, ekološko pridelana hrana je zelo pomembna za zdrav razvoj. Poišči kakšen recept za kakršno koli jed, ki je pripravljena pretežno iz lokalno pridelanih sestavin. **Jed skuhaj, speci,.... in zapiši recept v zvezek.**

**Ko se vrnemo v šolo, bomo pregledali vaše zapise.** Lahko pa pošlješ kakšno fotografijo.

Jed je lahko juha, priloga, sladica, ....samo, da vsebuje čim več lokalno pridelanih sestavin. To prav gotovo ni recimo ananas, pa testenine iz Italije, španska paprika, francoski sir.....

Predlagam uporabo domačega krompirja, zelenjave iz vrta, domače moke,..... Kakšno idejo o izbiri sestavin si verjetno dobil/a tudi po ogledu videoposnetkov.

3. V primeru, da se ti pri delu zatakne ali kaj ne razumeš, mi pošlji vprašanje na e- naslov [marjetka.rupar@os-cerknica.si](mailto:marjetka.rupar@os-cerknica.si) , lahko tudi preko e-Asistenta. Z veseljem ti bom pomagala.

Spremljaj sporočila **na kanalu v e Asistentu**, ki je namenjen izbirnemu predmetu **SPH**.

Oglasi se kaj in povej, kako ti gre.

Želim ti prijetno in uspešno delo doma. Upam, da se kmalu vidimo v šoli.

Učiteljica Marjetka Rupar