

Pri predmetu NAČINI PREHRANJEVANJA bomo razširili in poglobili znanja, ki so jih učenci pridobili pri predmetu Sodobna priprava hrane, pridružijo pa se nam lahko tudi tisti, ki Sodobne priprave hrane niso obiskovali.

Kaj bomo delali pri predmetu Načini prehranjevanja?

- Največ časa bomo namenili pripravi in analizi narodnih jedi – slovenskih, italijanskih, grških, ameriških ... Učenci bodo posamezne jedi pripravili, nato pa ocenili njihovo ustreznost oz. neustreznost glede na ohranjanje zdravja in zdravih prehranskih navad.
- Spoznali bomo najnovejšo prehransko usmeritev – GI (delitev in uživanje živil glede na njihov glikemični indeks) in različne diete,
- podučili se bomo, kakšne so posebnosti prehranjevanja v različnih starostnih obdobjih in prehranjevanja v izrednih razmerah,
- izvedli bomo poučno ekskurzijo v bližnjo okolico ali prehranski obrat.

Načini prehranjevanja je enoletni izbirni predmet in se izvaja v 7., 8. in 9. razredu.

Namenjenih mu je 35 ur pouka, ki se izvaja po 2 ali 3 ure fleksibilno v prvem ali drugem polletju. Večino ur je namenjeno praktičnemu delu v sodobno opremljeni učilnici.

Povabljeni vsi, ki želite s svojimi raznolikimi kuharskimi mojstrovinami navdušiti svoje domače in prijatelje.