Witajcie kochani po przerwie spowodowanej moją chorobą.

W dniu dzisiejszym zajmiemy się tematyką zdrowego odżywiania.

**Temat lekcji: Czy wiesz co jesz, czyli zdrowie na talerzu.**

Obejrzyjcie filmy pod następującymi linkami: <https://www.youtube.com/watch?v=jBsqrupInBw>

<https://www.youtube.com/watch?v=i1gS-QCEafU>

Po obejrzeniu filmów jako pracę domową zaproponujcie swój jadłospis na jeden dowolny dzień uwzględniający zasady zdrowego odżywiania. Oczywiście możecie korzystać z innych źródeł informacji. Pracę prześlijcie na mojego emaila: [walkaron@wp.pl](mailto:walkaron@wp.pl)

Powodzenia. Pozdrawiam.