



ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА
„Љубица Вребалов“
Пожаревац
Бука Карацића 1, 12000 Пожаревац
Тел/факс: 012/210-308

Обавештење за родитеље и медије

Предшколска установа "Љубица Вребалов" Пожаревац и ове године по осми пут организује дегустацију оброка који се припремају у нашим кухињама под називом "Маме и тате пробајте и ви, шта једемо ми".

Наша Установа од свог настанка велику пажњу посвећује здравим стиловима живота, што се односи на правилну исхрану, физичку активност и хигијену.

Формирањем службе за превентивну здравствену заштиту отпочело се са применом програма разноврсне и правилне исхране у дечјим вртићима, који траје четрнаест година.

Деца током целе године кроз разне активности са својим васпитачима уче о здравим и хранљивим намирницама у вртићу, а које су потребне за њихов правилан раст и развој.

Сматрамо да је веома важно да деца на најмлађем узрасту стекну правилне навике у исхрани. Исхрана деце предшколског узраста је изузетно значајан фактор који условљава правилан телесни и ментални развој, стога јој се у вртићу посвећује изузетна пажња. Деца већи део дана проводе у вртићу, конзумирају два главна оброка и две ужине, путем којих поднамирују већину квантитативних и квалитативних потреба. Зато можемо да се похвалимо разноврсношћу и сезонским карактером намирница, као предуслов правилне и уравнотежене исхране, а све у циљу стицања правилних навика у исхрани деце. Осим тога, током године реализујемо активност на тему "Естетска димензија исхране деце предшколског узраста". Циљ ове активности је развијање вештина коришћења прибора за јело (кашика, виљушка и нож) и усвајање бон-тона (правила понашања за столом).

У остварењу тог циља наши најважнији партнери су родитељи. Настојимо да код њих освестимо чињеницу да се последице неправилне исхране у детињству манифестују у каснијем животном добу (гојазност, дијабетес, кардиоваскуларне болести,..).

У циљу унапређења исхране, неке намирнице су замењене са квалитетнијим, а све у циљу стицања позитивних навика у исхрани деце. Унос наведених производа је усклађен са препорукама и прописаним нормативом за исхрану деце у предшколским установама.

Осим тога што родитељи имају свакодневно увид у актуелни јеловник, њима су доступне и рецептуре оброка који се припремају и учествују у дегустацији као организованог активности под називом **„Маме и тате, пробајте и ви, шта једемо ми“**.

Циљ наше дегустације је да мотивишемо родитеље да примене већ постојећи начин припреме оброка и у својим породицама, као разбијање бројних предрасуда везаних за укус нових намирница које су слабије заступљене у исхрани.

За овакав начин и програм исхране у нашој установи, велику помоћ и подршку имамо од Завода за јавно здравље Пожаревац са др. Сашом Дражиловић-субспецијелиста дијететике и специјалиста хигијене.

На нашем јеловнику одабраном за ову прилику наћи ће се јела која деца воле да једу у вртићу. За ова јела су коришћене нутритивно и биолошки вредније намирнице, а укус усклађен са укусама који су прихватљиви за децу на јасленог и вртићког узраста. Први пут, за ову прилику, родитељи ће пробати производ који је замењени готовим индустријским производима.

На менију за ову дегустацију "Маме и тате пробајте и ви, шта једемо ми" биће послужено:

1. Данско пециво (кукурузна штангла, пуж са ванила кремом, ражени кроасан са семенкама и путером, натур кроасан са путером);
2. Пита од хељде са сиром и спанаћем;
3. Намаз од крем сира, јаја и сусама;
4. Вртићка пилећа паштета - од пилећег белог меса (деца су је назвала: "Паштета смазалица")
5. Пројара од три врсте брашна са фета сиром, сусамом и кимом (кукурузно, ражено и пшенично брашно);
6. Крем чорба од поврћа – потаж;
7. Вариво од шаргарепе са млевеном јунетином;
8. Мусака од киселог купуса;
9. Пилав од проса са шаргрепом и белим пилећим месом;
10. Дурум тестенина са туњевиним и павлаком (туњевина, павлака, лук, барено јаје);
11. Салата од купуса и шаргарепе;
12. Пита од црвеног воћа;
13. Пита од бундеве;
14. Сутлијаш од проса са медом и брусницом;
15. Воће (јабуке, банане, грожђе, крушке)

Позивамо Вас да будете део нашег тима и промоцијом овог програма подржите наш циљ да заједничким снагама освестимо значај улоге родитеља, медија и наше улоге у правилном развоју деце. Желимо да Вас мотивишемо да примените наше већ постојеће позитивно искуство предшколске установе.

Манифестација ће се одвијати у свим вртићима наше Установе у среду 24.10.2018.г. од 14.00 до 16.00 часова. Репрезентативно представљање биће у вртићу „Даница Радосављевић“ од 14.00 до 16.00 часова.

Унапред се захваљујемо на сарадњи

Тим за медијско оглашавање у сарадњи са Службом за превентивну здравствену заштиту

www.vrtic.org.rs

У Пожаревцу,

18.10.2018.год.