

Maisto pasirinkimo piramidė

Spalio 12 dieną Papilio pagrindinėje mokykloje su pirmų – trečių klasių mokiniais per klasės valandėlę kalbėta apie sveiką maistą.

Naudojantis maisto pasirinkimo piramidę mokiniams papasakota kokius maisto produktus reikia valgyti daugiau ir dažniau, koks maistas reikalingas, kad vaikas augtų sveikas, būtų stiprūs kaulai, augtų raumenys bei kokius maisto produktus valgyti saikingai.

Diskutuojant apie maisto produktus, mokiniai dėliojo maisto produktų maketus į maisto piramidę pagal vartojimo dažnumą.

Parengė visuomenės sveikatos priežiūros specialistė

Neringa Gailūnienė

