

Dzień Dyni

Dzień Dyni! To była wspaniała okazja, by poznać bliżej to niezwykle warzywo, które zachwyca kolorem, smakiem i wszechstronnym zastosowaniem. Dzieci dowiedziały się, że dynia to nie tylko piękna ozdoba jesieni, ale też prawdziwa bomba witaminowa:

Zawiera dużo witaminy A, która wspiera wzrok. Jest bogata w błonnik, wspomagający trawienie. Ma niską kaloryczność, a jednocześnie daje dużo energii. Rozmawialiśmy o tym, jak dynię można wykorzystać w kuchni: zupa dyniowa, placuszki, ciasto dyniowe, składnik dżemów, soków i puree.

Nie zapomnieliśmy o pestkach dyni — zdrowej przekąsce! Nie zabrakło ruchu i śmiechu: „Turlanie dyni” „Dynia wędruje” — zabawa z muzyką. Na zakończenie dzieci stworzyły własne dynie a Tymon poczęstował je słodką dyniową niespodzianką. No i oczywiście co dzisiaj na obiad ?Zupa dyniowa z dyni przyniesionej przez Szymona :-)