



MATERIAŁY DYDAKTYCZNE DO DRUKU SCENARIUSZ ZAJĘĆ „DETEKTYWI NA TROPIE WŁAŚCIWEJ PORCJI ZBÓŻ”





30g

ODPOWIEDNIA PORCJA ZBÓŻ

WWW.PRODUKTYZBOZOWE.PL

KARTA DETEKTYWISTYCZNA „PORCJA ZBÓŻ”



ZADANIE 1

PEŁNOZIARNISTE
PRODUKTY
ZBOŻOWE

ZADANIE 2

ILE WAŻY
ODPOWIEDNIA
PORCJA ZBÓŻ?

ZADANIE 3

JAK ODMIERZYĆ
PORCJĘ ZBÓŻ?

ZADANIE 4

POSIŁEK PEŁEN
ZBOŻ



KARTA DETEKTYWISTYCZNA „PORCJA ZBÓŻ”



ZADANIE 1

**PEŁNOZIARNISTE
PRODUKTY
ZBOŻOWE**

ZADANIE 2

**ILE WAŻY
ODPOWIEDNIA
PORCJA ZBÓŻ?**

ZADANIE 3

**JAK ODMIERZYĆ
PORCJĘ ZBÓŻ?**

ZADANIE 4

**POSIŁEK PEŁEN
ZBOŻ**







KASZA BULGUR



MAKARON Z MĄKI PEŁNOZIARNISTEJ



KASZA JĘCZMIENNA PERŁOWA



CHŁEB ŻYTNI/PEŁNOZIARNISTY



BUŁKA ŻYTNI/PEŁNOZIARNISTA



KASZA GRYCZANA



PŁATKI OWSIANE



KASZA JAGLANA



PŁATKI KUKURYDZIANE



OTRĘBY PSZENNE



TORTILLE PEŁNOZIARNISTE



MAKA PEŁNOZIARNISTA



SŁODZONE PŁATKI ŚNIADANIOWE



BUŁKA Z BIAŁEJ MĄKI (OCZYSZCZONEJ)



CIASTKA



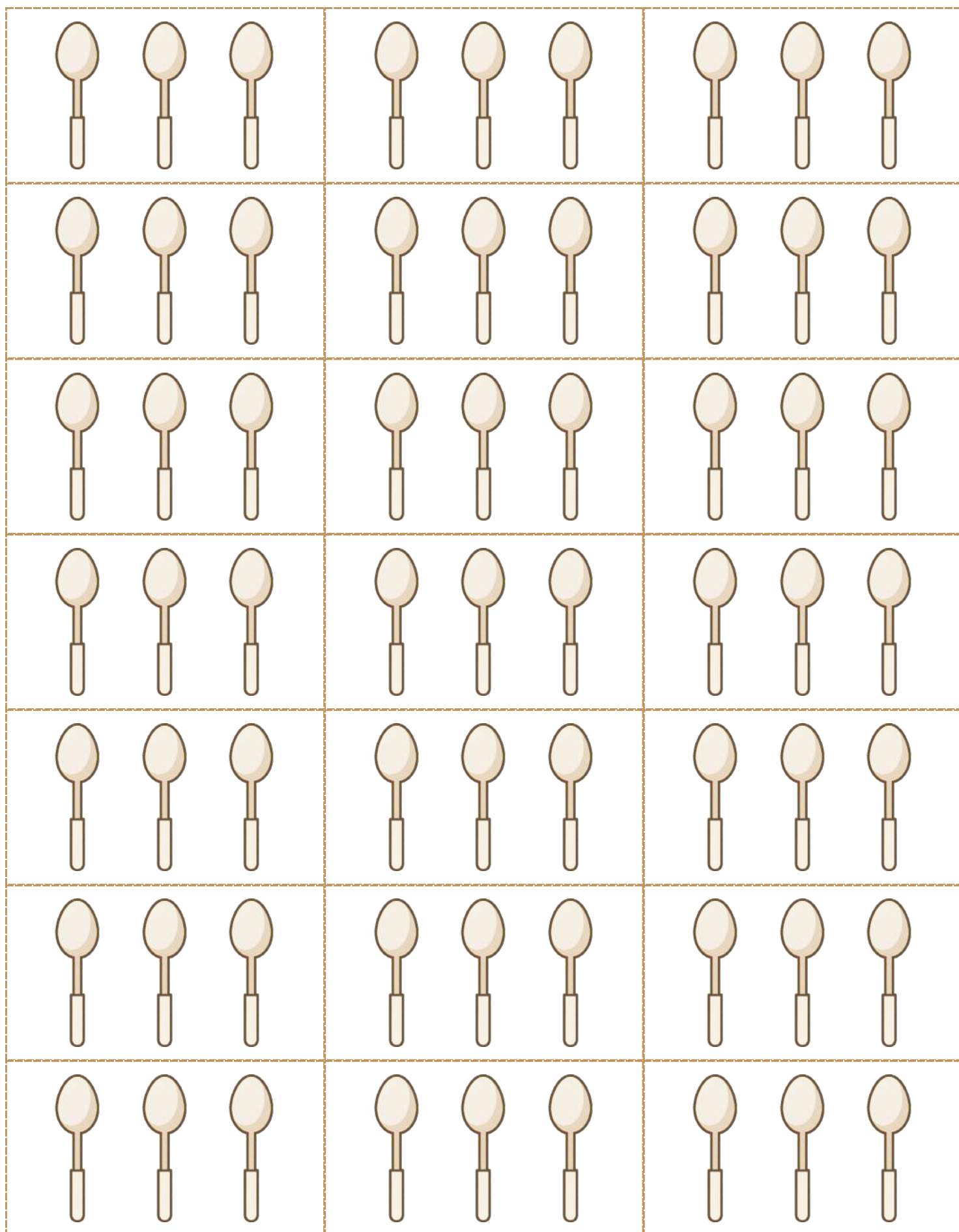
CHLEB Z BIAŁEJ MĄKI (OCZYSZCZONEJ)



PĄCZKI



KRAKERSY





KUBEK ŚNIADANIOWY

PRZEPIS

- **3 ŁYŻKI GRANOLI LUB
PŁATKÓW OWSIANYCH**
- **3 ŁYŻKI JOGURTU
NATURALNEGO**
- **WYBRANY OWOC**

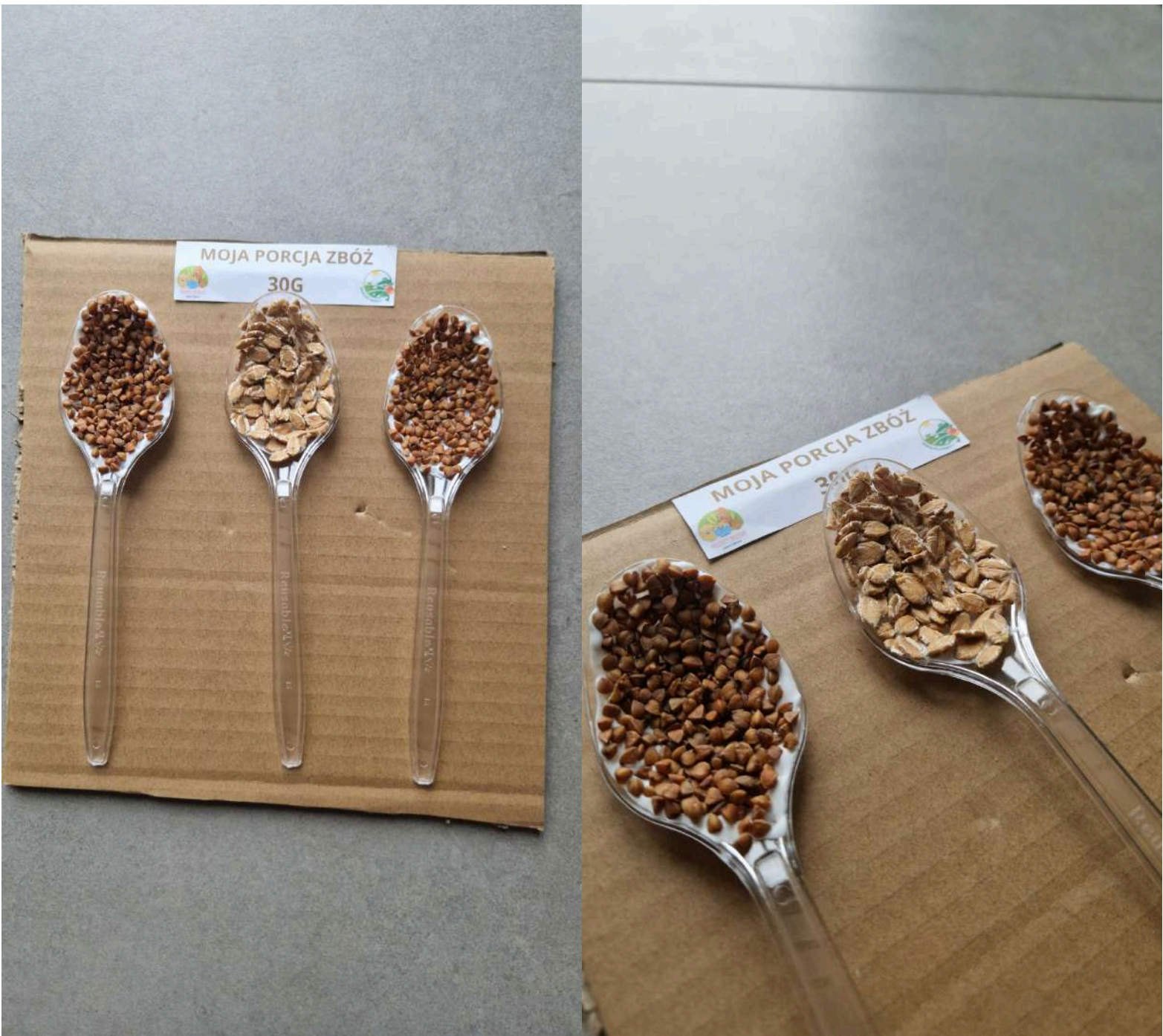
PRODUKTY DODAJ DO KUBKA I WYMIESZAJ

 KUBEK ŚNIADANIOWY	 KUBEK ŚNIADANIOWY	 KUBEK ŚNIADANIOWY	 KUBEK ŚNIADANIOWY
PRZEPIS • 3 ŁYŻKI GRANOLI LUB PŁATKÓW OWSIANYCH • 3 ŁYŻKI JOGURTU NATURALNEGO • WYBRANY OWOC PRODUKTY DODAJ DO KUBKA I WYMIESZAJ	PRZEPIS • 3 ŁYŻKI GRANOLI LUB PŁATKÓW OWSIANYCH • 3 ŁYŻKI JOGURTU NATURALNEGO • WYBRANY OWOC PRODUKTY DODAJ DO KUBKA I WYMIESZAJ	PRZEPIS • 3 ŁYŻKI GRANOLI LUB PŁATKÓW OWSIANYCH • 3 ŁYŻKI JOGURTU NATURALNEGO • WYBRANY OWOC PRODUKTY DODAJ DO KUBKA I WYMIESZAJ	PRZEPIS • 3 ŁYŻKI GRANOLI LUB PŁATKÓW OWSIANYCH • 3 ŁYŻKI JOGURTU NATURALNEGO • WYBRANY OWOC PRODUKTY DODAJ DO KUBKA I WYMIESZAJ
 KUBEK ŚNIADANIOWY	 KUBEK ŚNIADANIOWY	 KUBEK ŚNIADANIOWY	 KUBEK ŚNIADANIOWY
PRZEPIS • 3 ŁYŻKI GRANOLI LUB PŁATKÓW OWSIANYCH • 3 ŁYŻKI JOGURTU NATURALNEGO • WYBRANY OWOC PRODUKTY DODAJ DO KUBKA I WYMIESZAJ	PRZEPIS • 3 ŁYŻKI GRANOLI LUB PŁATKÓW OWSIANYCH • 3 ŁYŻKI JOGURTU NATURALNEGO • WYBRANY OWOC PRODUKTY DODAJ DO KUBKA I WYMIESZAJ	PRZEPIS • 3 ŁYŻKI GRANOLI LUB PŁATKÓW OWSIANYCH • 3 ŁYŻKI JOGURTU NATURALNEGO • WYBRANY OWOC PRODUKTY DODAJ DO KUBKA I WYMIESZAJ	PRZEPIS • 3 ŁYŻKI GRANOLI LUB PŁATKÓW OWSIANYCH • 3 ŁYŻKI JOGURTU NATURALNEGO • WYBRANY OWOC PRODUKTY DODAJ DO KUBKA I WYMIESZAJ
 KUBEK ŚNIADANIOWY	 KUBEK ŚNIADANIOWY	 KUBEK ŚNIADANIOWY	 KUBEK ŚNIADANIOWY
PRZEPIS • 3 ŁYŻKI GRANOLI LUB PŁATKÓW OWSIANYCH • 3 ŁYŻKI JOGURTU NATURALNEGO • WYBRANY OWOC PRODUKTY DODAJ DO KUBKA I WYMIESZAJ	PRZEPIS • 3 ŁYŻKI GRANOLI LUB PŁATKÓW OWSIANYCH • 3 ŁYŻKI JOGURTU NATURALNEGO • WYBRANY OWOC PRODUKTY DODAJ DO KUBKA I WYMIESZAJ	PRZEPIS • 3 ŁYŻKI GRANOLI LUB PŁATKÓW OWSIANYCH • 3 ŁYŻKI JOGURTU NATURALNEGO • WYBRANY OWOC PRODUKTY DODAJ DO KUBKA I WYMIESZAJ	PRZEPIS • 3 ŁYŻKI GRANOLI LUB PŁATKÓW OWSIANYCH • 3 ŁYŻKI JOGURTU NATURALNEGO • WYBRANY OWOC PRODUKTY DODAJ DO KUBKA I WYMIESZAJ

WZÓR I

 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G 	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G 	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G 
 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G 	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G 	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G 
 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G 	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G 	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G 
 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G 	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G 	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G 
 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G 	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G 	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G 
 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G 	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G 	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G 
 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G 	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G 	 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G 
 MOJA PORCJA ZBÓŻ 30G 		

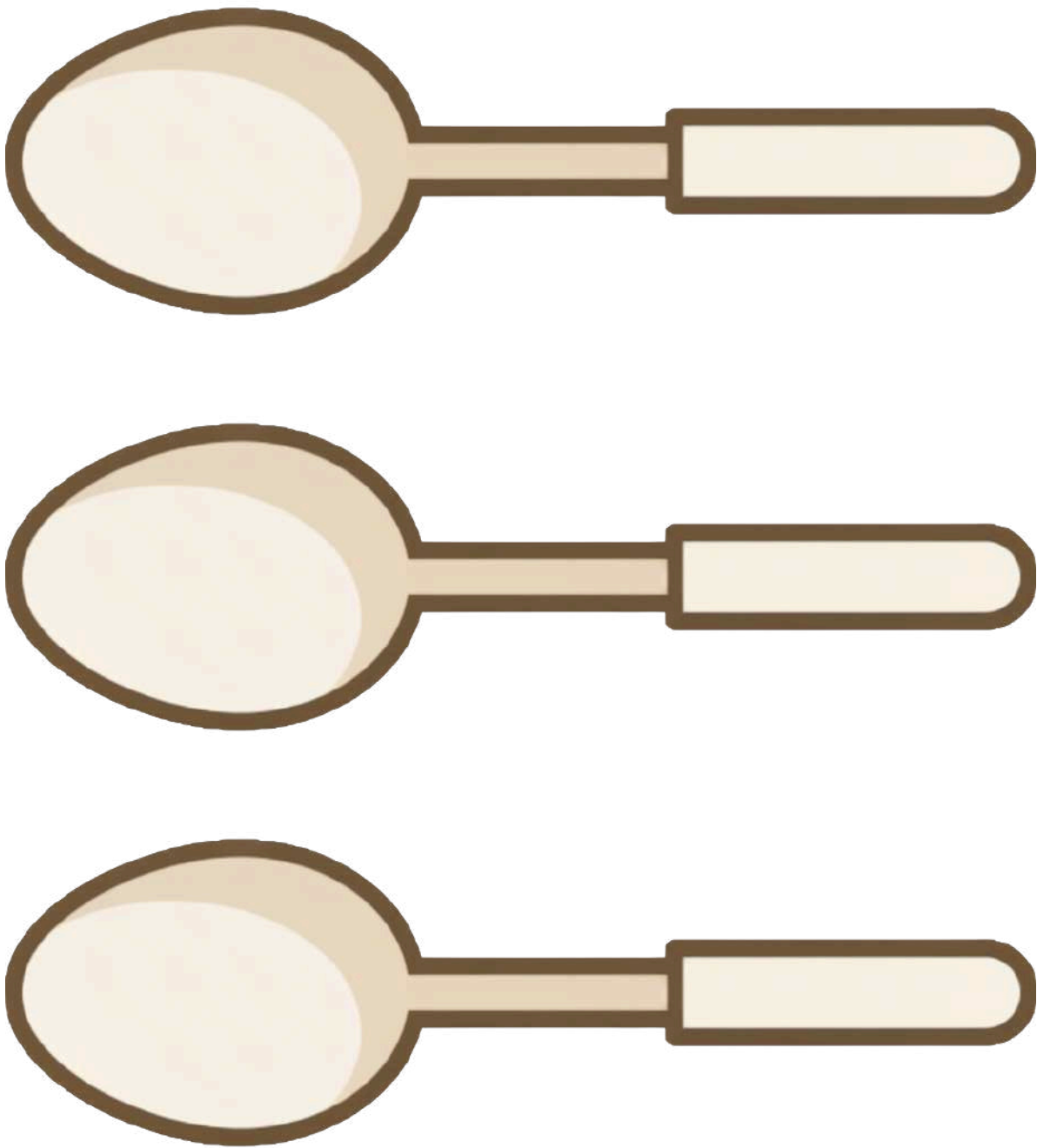


CHCESZ ZOBACZYĆ JAK PRZYGOTOWAĆ TO KROK PO KROKU?
ZAPRASZAM DO OBEJRZENIA FILMU INSTRUKTAŻOWEGO NA MOIM INSTAGRAMIE

 @PEDAGOG_W_ROLI_MAMY



MOJA PORCJA ZBÓŻ



PRODUKTY ZBOŻOWE
pyszne i zdrowe!





**MISTRZYNI
ODMIERZANIA
PORCJI ZBÓŻ
30g**



**MISTRZYNI
ODMIERZANIA
PORCJI ZBÓŻ
30g**



**MISTRZYNI
ODMIERZANIA
PORCJI ZBÓŻ
30g**



**MISTRZYNI
ODMIERZANIA
PORCJI ZBÓŻ
30g**



**MISTRZYNI
ODMIERZANIA
PORCJI ZBÓŻ
30g**



**MISTRZYNI
ODMIERZANIA
PORCJI ZBÓŻ
30g**