

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Birželio 16d. Atžalyno 6-8 klasių mokiniai dalyvavo Erasmus+ projekto „Europe in S.H.A.P.E“ („Geros formos Europa“) veikloje – mitybos terapijos programoje. Programą parengė Biržų technologijų ir verslo mokymo centro mokytojos – Vitalija Pociūnienė, Vigita Žukienė ir Renata Kaminskienė. Mitybos specialistės mokiniams priminė sveikos, subalansuotos mitybos pagrindus, sveikus valgymo įpročius, greito maisto bei gaiviųjų gėrimų žalą sveikatai. Išklause teorinę programos dalį ir susipažinę su saugaus elgesio virtuvėje taisyklėmis, mokiniai buvo suskirstyti į grupes ir ruošė sveikus patiekalus. Šeštokai gamino bananinį desertą, plakė sveikuolišką kokteilį iš šaldytų braškių, špinatų, bananų ir pieno bei kepė avižinius sausainius su džiovintom spanguolėm ir saulėgrąžų sėklom. Aštuntokai ruošė sveikus saldinius – abrikosus įdarytus varške bei bananų-kivių kokteilį, kurį pagardino liofilizuotų alyvų žiedlapiais.

Dėkojame Biržų technologijų ir verslo mokymo centro mokytojoms už įdomią ir naudingą mitybos terapijos programą bei praktinę jos dalį, už pasidalijimą skanių ir sveikų patiekalų

Parašė Administratorius  
Penktadienis, 17 Birželis 2022 12:15

---

receptais.

Dalyvaudami projekto „Europe in S.H.A.P.E.“ veiklose „Atžalyno“ mokiniai formuoja sveiko gyvenimo būdo įpročius, tobulina anglų kalbos žinias bei bendravimo ir bendradarbiavimo įgūdžius.

Projekto koordinatore J.Bukienė



Parašė Administratorius

Penktadienis, 17 Birželis 2022 12:15

---





# ERASMUS + projekto „Europe in S.H.A.P.E.“ veikla - mitybos terapijos programa

Parašė Administratorius

Penktadienis, 17 Birželis 2022 12:15



Parašė Administratorius

Penktadienis, 17 Birželis 2022 12:15

---



Parašė Administratorius

Penktadienis, 17 Birželis 2022 12:15

---

