

TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK





TRADICIONALNI
SLOVENSKI
ZAJTRK



Predstavitev projekta TSZ

- **TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK** je osrednji dogodek **DNEVA SLOVENSKE HRANE**, ki ga obeležujemo 3. petek v mesecu novembru. Letos ga bomo izvedli v **petek, 17. novembra 2023**, ko bomo učencem za zajtrk ponudili tradicionalna živila slovenskega porekla, kot so domači kruh, maslo, med, mleko in jabolko. Na jedilniku bomo imeli tudi tradicionalno slovensko kosilo. Namen projekta je ozaveščanje otrok in mladine ter širše javnosti o pomenu zajtrka v prehrani in oskrbe prebivalstva s kakovostno hrano iz lokalnega okolja.
- Letos bomo več pozornosti namenili kruhu. Tema je podkrepljena s sloganom »**Kruh za zajtrk – super dan!**«, ki jo bomo razširili še na pekovske izdelke ter žita in žitne izdelke.
- Projekt na šoli vodim organizatorica šolske prehrane Alenka Mikolič v sodelovanju z gospo Franjo Justinek.



Pri projektu sodelujejo naslednje institucije:

- Ministrstvo za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano
- Ministrstvo za vzgojo in izobraževanje
- Ministrstvo za zdravje
- Ministrstvo za kulturo
- Ministrstvo za okolje
- Agencija Republike Slovenije za kmetijske trge in razvoj podeželja
- Čebelarstva zveza Slovenije
- Kmetijsko gozdarska zbornica Slovenije
- Gospodarska zbornica Slovenije – Zbornica živilskih in kmetijskih podjetij
- Nacionalni inštitut za javno zdravje
- Zavod Republike Slovenije za šolstvo
- Zveza sadjarskih društev Slovenije
- Zadružna zveza Slovenije
- Obrtno-podjetniška zveza Slovenije

Spremljajoče vzgojno-izobraževalne vsebine

- prehrana in zdravje
- sodobni problemi prehranjevanja: lakota, prenehnanjenost, **zavržki hrane**, prekomerna telesna teža, sodobne bolezni (sladkorna bolezen, srčno-žilne bolezni, rak...), motnje hranjenja (anoreksija, bulimija...)
- pomen zdrave prehrane in telesne dejavnosti
- **pomen zajtrka v prehrani**
- **kultura prehranjevanja**
- pomen lokalno pridelane in predelane hrane (kratke verige, transport) ter nakupovanje lokalnih in sezonskih živil
- pomen kmetijstva in kmeta kot pridelovalca in predelovalca zdrave hrane
- ekološki, integrirani in konvencionalni način pridelave hrane
- **pomen čebelarstva in drugih kmetijskih panog**
- agroživilske verige
- **odnos do narave in okolja**, ravnanje z odpadki, transport
- **tradicionalne slovenske jedi in lokalne kulinarčne posebnosti**
- **šolska prehrana, obnašanje v jedilnici**
- pomen pitja vode ali nesladkanih pijač, kot so čaji, naravni sokovi...



Povezave do nekaterih vzgojno-izobraževalnih vsebin

- <https://www.nasasuperhrana.si/tradicionalni-slovenski-zajtrk/>
 - O projektu
 - Gradiva in povezave
 - Učne vsebine
 - Obvestila – navodila
 - TSZ izobraževalni video:
 - <https://www.nasasuperhrana.si/tradicionalni-slovenski-zajtrk/aktualno/tzs-izobrazevalni-video/>



Povezave do nekaterih vzgojno-izobraževalnih vsebin

- Spletna učilnica za GOS in ŠP:
 - O kmetijstvu: [O kmetijstvu - ob dnevu slovenske hrane - YouTube](#)
 - Mleko in mlečni izdelki „Izbrana kakovost – Slovenija“:
<https://www.youtube.com/watch?v=xjglDrQ5Vew>
 - TSZ – 1. video: <https://www.youtube.com/watch?v=D5M3jJKMWsY>
 - TSZ – 2. video: https://www.youtube.com/watch?v=FZy_d5ZtXC8
 - S čebelo do medu – film: <https://www.youtube.com/watch?v=qlsbshOwbWs>
 - Kranjska sivka – film za otroke:
<https://www.youtube.com/watch?v=bgyTYmFD3v8>



Povezave do nekaterih vzgojno-izobraževalnih vsebin (starejše)

- Povezave do videoposnetkov na YouTube:
 - <https://www.youtube.com/watch?v=FHD7LlzRu2E>
 - <https://www.youtube.com/watch?v=D5M3jJKMWsY>
 - https://www.youtube.com/watch?v=FZy_d5ZtXC8
 - <https://www.youtube.com/watch?v=SkLafAc5yMk>

- Povezava do videoposnetka s Šole za storitvene dejavnosti, ŠCV na YouTube, 19. 11. 2020:
 - <https://www.scv.si/sl/nekategorizirano-sl/dan-slovenske-hrane-in-tradicionalni-slovenski-zajtrk/>

Izbor otroških in mladinskih knjig ter strokovne literature o hrani in prehrani (projekt Kulturni bazar)

- <https://www.nasasuperhrana.si/tradicionalni-slovenski-zajtrk/izbor-kakovostne-literature-na-temo-prehrane/>
- https://kulturnibazar.si/wp-content/uploads/2020/10/Izbor_kakovostne-literature_otroci_mladina_-hrana_prehrana_2020_final_za-objavo.pdf





DOBER TEK!

Alenka Mikolič, organizatorica ŠP

Kruh za zajtrk - super dan!

17. november 2023



~ NAŠ SUPER ZAJTRK ~
www.nasasuperhrana.si  nasasuperhrana

