

## SODOBNA PRIPRAVA HRANE

Je enoletni predmet namenjen učencem 7. 8. in 9. razreda. Srečevali se bomo 2 šolski uri tedensko v enem semestru, skupaj 35 ur.

K sodelovanju vabim vse, ki si želite nadgraditi znanje s področja prehrane, radi kuhate, ste ustvarjalni in inovativni. Delo bo zanimivo. Teoretično znanje bomo dopolnjevali s praktičnim delom.

Vsebinski sklopi:

- hranilne snovi v povezavi z zdravjem ,
- kakovost jedi in živil,
- postopki predpriprave in priprave živil ter jedi ,
- prehranske navade in pomen dobrih prehranskih navad za zdravje cloveka.



Ocenjevanje:

Ocene boste pridobili iz teoretičnega (seminarska naloga) in praktičnega dela.

## NAČINI PREHRANJEVANJA

Predmet priporočam učencem, ki želijo pridobiti več znanja o prehrani in praktičnih izkušnjah s področja priprave hrane. Je enoletni predmet namenjen učencem 7., 8. in 9. razreda, v obsegu 35 ur. Srečevali se bomo 2 šolski uri tedensko v enem semestru.

Vsebinski sklopi:

- prehranjenost v povezavi z zdravjem,
- tradicionalni in drugi načini prehranjevanja,
- prehrana v različnih starostnih obdobjih,
- prehrana v izrednih razmerah.



Ocenjevanje:

Ocene boste pridobili iz teoretičnega (seminarska naloga) in praktičnega dela.