

Готовим сами!

Сегодня воспитанники подготовительной к школе группы «Умники и умницы» превратились в настоящих поваров. Вместе с воспитателем Мариной Алексеевной ребята приготовили целых 3 витаминных салата из овощей! Делимся рецептами:



1. Салат «Морковный». Для его приготовления ребята взяли очищенную морковь, натерли на терке, добавили сахар и- салат готов!



2. Салат «Капустный с луком». Нашинкованную белокочанную капусту мнем, перемешиваем с накрошенным репчатым луком, добавляем соль –просто и полезно!



3. Салат «Капустный с морковью» - вместо лука добавляем морковь. Ребята назвали этот салат витаминным, он понравился им больше всего!



В процессе приготовления салатов дети не только знакомятся с приготовлением здоровой, полезной пищи, но и развивают моторику, испытывают радость и гордость от результатов своей деятельности.

«Это самый вкусный салат, который я ела!» - поделилась своими впечатлениями одна из воспитанниц группы «Утенки»