

11.12.2018 г. Полезная запеканка

Творожная запеканка является неременной частью рациона для детей в детском саду и дома. Её замечательные вкусовые качества её оставят равнодушным даже взрослых. Творог относится к питательным продуктам. Наряду с насыщением он заряжает организм энергией и дарит целый комплекс полезных витаминов В, Е, А, РР. В твороге много кальция, который нужен костям, зубам и ногтям, а также он хорошо влияет на сердечно-сосудистую и нервную систему и является кладезем макро- и микроэлементов. В твороге присутствует сера, железо, магний, фосфор. Он является самым гармоничным продуктом, обеспечивающим поставки этих элементов в растущий организм.

11 декабря 2018 года воспитатель Иванова Инна Николаевна МБДОУ "Детский сад 14" г. Чебоксары в подготовительной группе 11 "Растишка" рассказала ребятам о пользе творога. Наши повара приготовили на ужин аппетитную творожную запеканку, которую ребята с удовольствием ели.

