

## Ze školní jídelny: Obědvejme společně

V měsíci říjnu i v průběhu celého školního roku Vás zveme do školní jídelny **ke společnému obědu s Vašimi dětmi**. Máte možnost:

- ochutnat připravovaná jídla podle školních receptur
- využijte společných chvil s dětmi při obědě
- poznáte prostředí, ve kterém tráví děti čas oběda
- vrátit se do svých školních let
- poznat, jak se od té doby změnilo školní stravování
- přesvědčit se o mýtech školního stravování

### Co je důležité vědět

Cena oběda: 98 Kč, platba v hotovosti, výběr jídel dle jídelního lístku

Čas výdej (pokud možno, přizpůsobte rozvrhu Vašeho dítěte) od 11.30 do 13.15 hodin

Informace podá vedoucí školní jídelny Věra Šmídová

Mob. 734 358 253, [vsmidova@zsmarianske.cz](mailto:vsmidova@zsmarianske.cz)

Dříve bývalo běžné, že se rodina sešla k jídlu u jednoho stolu, jídelní stůl byl srdcem každého domu nebo bytu. Neměli bychom na to zapomínat ani dnes. Psychologové zdůrazňují, že společné stolování vytváří pocit rodinné pospolitosti a velmi prospívá vzájemné komunikaci. A není samozřejmě pochyb o tom, že pomáhá vytvářet správné stravovací návyky. Pokud to jen trochu jde, stolujte společně. Připomeňme si, že už dítě v předškolním věku by mělo umět správně používat příbor, nalít si nápoj a udržovat při jídle pořádek.

