**30.03.2021 rok – „Światowy dzień Muffinka”**

1. **Wiersz pt.: „Łakomczuszek” Elizy Rozdoba**
Małą Karolinkę bardzo boli brzuszek,
za dużo słodyczy zjadł dziś łakomczuszek,
cukierki, ciasteczka od samego rana,
wielki tort czekoladowy i bita śmietana,
a w miejsce śniadania - słodziutkie pierniki,
a zamiast obiadu - cztery batoniki.
Martwi się mamusia o swoją córeczkę:
"Zostaw te słodycze, przystopuj troszeczkę,
zjedz świeżą sałatkę lub chlebek z wędlinką,
bo się rozchorujesz, moja Karolinko..."
Ale Karolinka na sałatkę prycha,
znowu pierniczkami brzuszek swój napycha,
teraz chałwa bakaliowa, dwa rumiane ptysie,
czekolada-bąbolada, potem żelki-misie,
przepyszne ciasteczko z różowym lukrem,
bułeczka drożdżowa posypana cukrem,
później cztery pączki z pyszną marmoladą,
rurki z kremem oblewane białą czekoladą
i dwa słodziuteńkie bezowe bałwanki
i kruche ciasteczka i trzy obwarzanki
i... cóż to Karolinko, co tak nagle zbladłaś,
czy mi się wydaje, czy za dużo zjadłaś?!
Zjeść tyle słodyczy to bardzo niezdrowo,
zaraz ci zaparzę herbatkę miętową,
a teraz szybciutko połóż się do łóżka,
wkrótce poradzimy coś na bóle brzuszka,
gdy tylko wprowadzisz dietę całkiem nową,
jeśli chcesz być zdrowa - odżywiaj się zdrowo!

**Rodzic zadaje dziecku pytania:**

* Dlaczego Karolinkę bolał brzuszek?
* Co Karolinka zjadała na obiad, śniadanie?
* Jaką radę dała mamusia Karolinie?
* Jakie słodycze zostały wymienione w wierszu?
* Co miała na myśli mama mówiąc Karolinie, że jeśli chce być zdrowa ma odżywiać się zdrowo? Co w takim razie powinna jeść dziewczynka?
1. **Rodzic prowadzi z dzieckiem dyskusję na temat słodyczy, skutków ich nadmiernego spożywania** (nadwaga, próchnica zębów, szybsze starzenie się, choroby – np. cukrzyca).

**Dzieci nie powinniśmy jeść zbyt dużo słodyczy.**

**Dzisiaj jednak możemy sobie na nie pozwolić, ponieważ obchodzimy Światowy Dzień Muffinka.**



1. **Muffinki są to smaczne ciastka, których przygotowanie jest bardzo proste i nie**

 **zajmuje dużo czasu. Poproście rodziców, może zechcą je z wami przygotować.**

**A oto Przepis:**

W jednej miseczce mieszacie mąkę, cukier, cukier waniliowy i proszek do pieczenia.

W drugiej miseczce mieszacie gazowaną wodę mineralną, olej i jajka.

Następnie mieszacie trzepaczką składniki z obu misek, aż składniki się ze sobą połączą.

Na końcu delikatnie dodajemy szpatułką kawałki czekolady.

Ciasto nakładamy do papilotek.

****

I wkładamy na formie do piekarnika. Pieczemy je przez 30 minut, w temperaturze 180 stopni. Pilnujcie czasu! 😊

1. **Praca plastyczna** :Pokoloruj całą muffinę (na załączonym obrazku ) oprócz dużych kółeczek i dwóch serduszek które spróbuj wykleić kolorową plasteliną a w tym czasie muffinki upieką się w piekarniku .Powodzenia i smacznego!!!!

