

OSNOVNA ŠOLA SIMONA JENKA KRANJ

Ulica XXXI. divizije 7A, 4000 Kranj
tel: 04/255 97 00, fax: 04/255 97 10, o-sjkranj.kr@osjenka.si



11. TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK DAN SLOVENSKE HRANE 2021

Letošnji, že 11. po vrsti, dan slovenske hrane in spremljajoči Tradicionalni slovenski zajtrk obeležujemo v petek, 19. 11. 2021.

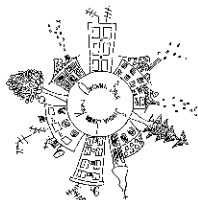
Glavni namen dneva slovenske hrane je podpora slovenskim pridelovalcem in predelovalcem hrane ter spodbujanje samooskrbe s kakovostno hrano iz lokalnega okolja.

Pomen rednega zajtrkovanja ter izbire lokalne hrane iz bližine je še toliko bolj poudarjeno.

Letos imajo še večjo vlogo tudi starši in seveda vzgojitelji, da mlajšim predstavijo pomembnost opraševanja čebel za prehransko varnost, pomen rednega zajtrkovanja ter poseganja po lokalnih živilih, kjer je pot z njive do krožnika čim krajša (šola na daljavo).

Otrokom je potrebno predstaviti, da je hrana, ki je bila pridelana in pripravljena v bližini, bolj sveža, bolj hranljiva, polnejšega okusa in brez dodatkov za daljše skladiščenje in poudarjanje okusa. Vse te prednosti nam zagotavlja lokalna oziroma slovenska hrana.

S tem, ko se odločimo za hrano, ki so jo pridelali in predelali slovenski kmetje ter naša domača kmetijska in živilska podjetja, spodbujamo in povečujemo tudi samooskrbo s hrano in



prispevamo k ohranjanju poseljenosti podeželja ter kulturne krajine.

V petek, 19.11.2021, lahko učenci doma pripravijo zajtrk, ki naj vključuje živila, značilna za klasičen zajtrk, t. i. Tradicionalni slovenski zajtrk, in sicer kruh, maslo, med, mleko in jabolko.

Pomembno je zajtrkovati.

<https://prehrana.si/clanek/99-redni-obroki-in-zajtrkovanje-so-del-zdrave-prehrane>

Oglejte si tudi zanimive posnetke na naslednjih povezavah, ki se navezujejo na ta dan:

- Firbcologi: Čebele
<https://www.youtube.com/watch?v=nzujMqTz9-E>
- Ribič Pepe: Kranjska sivka
<https://www.youtube.com/watch?v=bgyTYmFD3v8>
- Risanka Bojan: Čebele
<https://www.youtube.com/watch?v=xdCLmN9nw6k>
- <https://www.gov.si/zbirke/projekti-in-programi/dan-slovenske-hrane-in-tradicionalni-slovenski-zajtrk/>
- <https://www.nasasuperhrana.si/tradicionalni-slovenski-zajtrk/jubilejni-10-tradicionalni-slovenski-zajtrk-letos-v-drugacni-obliki/>



Vodji prehrane