



# WĘDRUJEMY I NIE MARNUJEMY - GRA RUCHOWA

## WARIANTY GRY

### WARIANT PODSTAWOWY

UCZNIOWIE ODNAJDUJĄ W SALI UKRYTE PRODUKTY I ODPOWIADAJĄ NA PYTANIA, JAK MOŻNA WYKORZYSTAĆ KOŃCÓWKI JEDZENIA.

### WARIANT Z PUNKTAMI

ZA KAŻDĄ KARTĘ GRUPA DOSTAJE:

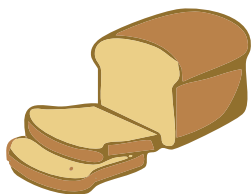
- 1 PUNKT ZA WSKAZANIE, ŻE PRODUKTU NIE TRZEBA WYRZUCAĆ,
- 1 PUNKT ZA SENSOWNY SPOSÓB WYKORZYSTANIA,
- 1 PUNKT ZA DODATKOWY KREATYWNY POMYSŁ.

### WARIANT Z WIĘKSZYM WYKORZYSTANIEM RUCHU

KAŻDA KOLEJNA KARTA ZNAJDUJE SIĘ W INNYM MIEJSCU SZKOŁY. UCZNIOWIE ODNAJDUJĄ PRODUKTY, ODPOWIADAJĄ NA PYTANIA, JAK MOŻNA WYKORZYTAĆ POZOSTAŁOŚCI JEDZENIA. GRUPA, KTÓRA ZNAJDZIE JAK NAJWIĘCEJ UKRYTYCH W SALI LUB SZKOLE KART ORAZ ODPOWIE DOBRZE NA PYTANIA, WYGRYWA.

MOŻNA DODAĆ ZADANIE RUCHOWE MIĘDZY STACJAMI, NP.:

- 5 PRZYSIADÓW,
- PRZEJŚCIE SLALOMEM,
- PRZYNIESIENIE PRZEDMIOTU W KOLORZE ZIELONYM.



**CZERSTWY  
CHLEB**



**JOGURT  
Z DATĄ  
WAŻNOŚCI  
DO DZISIAJ**



**PRZEJRZAŁE  
BANANY**



**RYŻ  
Z OBIADU**



**UGOTOWANE  
ZIEMNIAKI  
Z OBIADU**



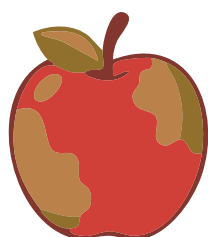
**BARDZO  
MIĘKKIE  
POMIDORY**



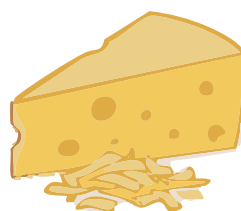
**WARZYWA  
Z ROSOŁU**



**KAWAŁEK  
KURCZAKA**



**OBIŁE  
JABŁKO**



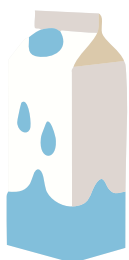
**TWARDY,  
WYSUSZONY  
SER**



**PRZEJRZAŁE  
OWOCE**



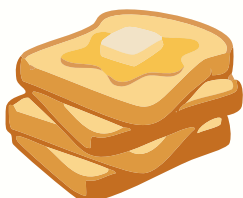
**POZOSTAŁE  
Z OBIADU  
NALEŚNIKI**



**MLEKO  
WAŻNE  
DO DZISIAJ**



**NIEDOPITA  
HERBATA**



**CHLEB  
TOSTOWY  
DO DZISIAJ**



**OTWARTA  
PACZKA  
CHIPSÓW**



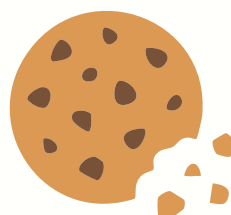
**POZOSTAŁY  
KAWAŁEK PIZZY**



**NIEDOJEDZONA  
SAŁATKA**



**NIEDOPITY  
SOK**



**OKRUCHY  
CIASTEK/  
TORTU**



# KLUCZ DLA NAUCZYCIELA

## CZERSTWY CHLEB

- GRZANKI DO ZUPY LUB SAŁATKI
- BUŁKA TARTA
- ZAPIEKANKI / TOSTY

## JOGURT (Z DATĄ DO DZIŚ)

- KOKTAJL OWOCOWY
- SOS DO SAŁATEK LUB WARZYW
- DODATEK DO NALEŚNIKÓW / PLACKÓW

## PRZEJRZAŁE BANANY

- SMOOTHIE / KOKTAJL
- CHLEBEK BANANOWY
- PLACUSZKI BANANOWE

## RYŻ Z OBIADU

- SAŁATKA RYŻOWA
- RYŻ NA SŁODKO Z JABŁKAMI
- KOTLECICKI RYŻOWE

## UGOTOWANE ZIEMNIANKI

- KOPYTKA
- PLACKI ZIEMNIACZANE
- ZIEMNIANKI ODSMAŻANE

## BARDOZO MIĘKKIE POMIDORY

- SOS POMIDOROWY
- ZUPA KREM
- LECZO / DUSZONE WARZYWA

## WARZYWA Z ROSOŁU

- PASTA WARZYWNA
- FARSZ DO KROKIETÓW
- SAŁATKA JARZYNOWA

## KAWAŁEK KURCZAKA

- TORTILLA / WRAP
- SAŁATKA
- KANAPKI / PASTA KANAPKOWA

## OBITE JABŁKO

- MUS JABŁKOWY
- KOMPOT
- SZARLOTKA

## TWARDY, WYSUSZONY SER

- STARTY SER DO MAKARONU
- ZAPIEKANKI

## OKRUCHY CIASTEK/TORTU

- DESER W PUCHARKU
- DODATEK DO LODÓW

## PRZEJRZAŁE OWOCE

- SMOOTHIE
- DŻEM
- MUS OWOCOWY

## POZOSTAŁE Z OBIADU NALEŚNIKI

- ZAPIEKANE NALEŚNIKI
- DESER (NP. Z OWOCAMI)

## MLEKO (WAŻNE DO DZIŚ)

- NALEŚNIKI
- KAKAO
- BUDYŃ

## NIEDOPITA HERBATA

- HERBATA MROŻONA
- BAZA DO NAPOJU Z OWOCAMI
- DODATEK DO KOMPOTU

## CHLEB TOSTOWY (DO DZIŚ)

- TOSTY
- ZAPIEKANKI

## OTWARTA PACZKA CHIPSÓW

- PANIERKA (POKRUSZONE CHIPSY)
- DODATEK DO ZAPIEKANKI
- POSYPKA DO SAŁATKI

## POZOSTAŁY KAWAŁEK PIZZY

- PODGRZANIE W PIEKARNIKU/PATELNI
- PIZZA-TOSTY

## NIEDOJEDZONA SAŁATKA

- DODATEK DO TORTILLI
- DODATEK DO OBIADU

## NIEDOPITY SOK

- DODATEK DO SMOOTHIE
- ZAMROŻONE KOSTKI DO LEMONIADY