

19. 11. 2021
DAN SLOVENSKE HRANE IN
TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK



19. november 2021

Zajtrk s sadjem - super dan!

Vsak tretji petek v novembru obeležujemo dan slovenske hrane v osnovnih šolah in vrtcih z vseslovenskim projektom Tradicionalni slovenski zajtrk.

Ministrstvo za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano, Agencija Republike Slovenije za kmetijske trge in razvoj podeželja, Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport, Ministrstvo za zdravje, Ministrstvo za okolje in prostor, Ministrstvo za kulturo, Čebelarstva zveza Slovenije, Gospodarska zbornica Slovenije - Zbornica kmetijskih in živalskih podjetij, Kmetijsko gozdarska zbornica Slovenije, Nacionalni inštitut za javno zdravje, Zadrzna zveza Slovenije, Zavod RS za šolstvo, Zveza sadjarskih društev Slovenije, Zveza slovenske podeželske mladine, Obrtno-podjetniška zbornica Slovenije.

avtorica ilustracije: Ana Zavadlav

DOBER TEK
Slovenija



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA KMETIJSTVO,
GOZDARSTVO IN PREHRANO

~ NAŠ SUPER ZAJTRK ~
www.nasasuperhrana.si [nasasuperhrana](https://www.facebook.com/nasasuperhrana)

Na **dan slovenske hrane**, ki ga obeležujemo vsak tretji petek v novembru, letos 19. novembra, bomo na naši šoli prvo šolsko uro izpeljali **Tradicionalni slovenski zajtrk**.

Učenci bodo pozajtrkovali:

- **bio črni kruh** (dobavitelj B-forma, Zdrav obrok),
- **eko maslo** (dobavitelj kmetija Kocjančič),
- **eko mleko** (dobavitelj kmetija Kocjančič),
- **med** (del medu so pridelale čebele iz našega šolskega učnega čebelnjaka – spomladanski med, drugo polovico medu – Kočevski gozdni med, pa nam je dobavilo Združenje Kočevski med),
- **jabolko** (dobavitelj Zadruga Zakladi kočevske).

Glavni namen **dneva slovenske hrane** je poudarjanje **v Sloveniji pridelane hrane**, ki se ji na ta dan nameni dodatno pozornost, **pridelovalcem in predelovalcem hrane** – našim kmetom, kmetijskim in živilskim podjetjem ter zadrugam. S praznovanjem dneva slovenske hrane in odločitvami za **lokalno pridelano hrano**, podpiramo napore naših pridelovalcev in predelovalcev hrane in izražamo spoštovanje do njihovega dela.

Letošnji Tradicionalni slovenski zajtrk bo že enajsti po vrsti in bo potekal bo pod sloganom **»Zajtrk s sadjem – super dan!«**. Navezoval se bo namreč na mednarodno leto sadja in zelenjave, ki ga je za letos razglasila Generalna skupščina Združenih narodov.

Tradicionalni slovenski zajtrk sestavljajo kruh, maslo, med, mleko in jabolko ali drugo sadje slovenskega porekla. Prepoznavanje v Sloveniji pridelanih in predelanih kakovostnih proizvodov omogočajo sheme kakovosti Ekološka pridelava, Izbrana kakovost – Slovenija in Integrirana pridelava, s katero se ponašajo kmetijski pridelki oziroma živila, ki so bila pridelana na ekološki način ali s posebnimi lastnostmi kot so sestava, okolju prijazno pridelava, kakovost surovin, dobrobit živali, način krmljenja, dolžina transportnih poti, pridelava, hitrost pridelave surovin.

Glavni namen projekta **Tradicionalni slovenski zajtrk** je, da že najmlajši spoznajo **pomen kmetijstva, živilske industrije, čebelarstva in varovanja okolja**. Prav tako je eden ciljev poudarjanje **pomena zajtrka za zdravo in uravnoteženo prehrano**. Ljudje ki redno zajtrkujejo imajo boljše prehranske navade, saj v svojo prehrano vnesejo več prehranskih vlaknin, manj nasičenih maščob in lažje vzdržujejo primerno telesno težo. Vsakodnevni zajtrk poskrbi tudi za jutranjo energijo, ki jo še posebej otroci in mladostniki potrebujejo za lažje sledenje učnemu procesu.

Vse starše in učence, ki se trenutno šolajo na daljavo vabim, da doma, na svojem domu obeležite dan slovenske hrane in si pripravite Tradicionalni slovenski zajtrk, kosilo ali večerjo in sestavin slovenskega izvora.

Vse dobro vam želim

Laura Javoršek
vodja šolske prehrane