

Pysznie, zdrowo, kolorowo!

W sobotnie przedpołudnie 12 września, Bibliotekę Miejską im. Jana Kasprowicza w Inowrocławiu wypełniały smakowite zapachy, których na co dzień w takiej instytucji się nie spotyka. Wszystko za sprawą warsztatów kulinarnych dla dzieci, ich rodziców i opiekunów, które prowadziła Monika Mrozowska. Nasz gość - autorka książek kulinarnych, ekspertka kulinarna magazynu „Mamo to ja” oraz propagatorka zdrowego stylu życia natychmiast zaraziła uczestników swoim entuzjazmem do zdrowej, różnorodnej diety dla maluchów, które ochoczo przystąpiły do działania. Budyń jaglany z owocami, zupa - krem z brokułów, domowe pesto z razowym makaronem to potrawy, które wspólnie przygotowaliśmy podczas spotkania. Maluchy dzielnie próbowały wszystkich przyrządzonych dań, a później, mniej lub bardziej chętnie, je zjadały. Dorośli z dużym zaangażowaniem pomagali naszemu gościowi w „kuchni” radząc się i dyskutując. Najedzone dzieciaki, zadowoleni dorośli i ten zapach... .

*Warsztaty „**Dzieciaki robią zdrowe przysmaki**” zorganizowane przez Bibliotekę Miejską im. Jana Kasprowicza w ramach konkursu grantowego „**1000 pierwszych dni dla zdrowia**”, zainicjowanego przez **Fundację NUTRICIA** poświęconego edukacji żywieniowej przyszłych rodziców, rodziców i opiekunów dzieci w pierwszych latach życia. Szczegółowa wiedza na ten temat i przydatne narzędzia dla rodziców dostępne są na stronie: www.1000dni.pl*

{webgallery}{/webgallery}