

Moj naj zajtrk

15. 11. 2024

Pridružite se nam v tednu slovenske hrane
od 11. do 17. novembra 2024!

Vsak tretji petek v novembru obeležujemo DAN SLOVENSKE HRANE, na ta način pa izkazujemo podporo domačim pridelovalcem ter spodbujamo pripadnost in zavedanje pomena doma pridelane in predelane hrane ter uživanja le-te. Po že ustaljenih načelih ga pripravljamo skupaj z Ministrstvom za izobraževanje, znanost in šport, Ministrstvom za zdravje, Ministrstvom za kulturo, Ministrstvom za okolje in prostor ter številnimi drugimi partnerji, teden obogatimo z različnimi spremljevalnimi dejavnostmi ter uživamo ter spoznavamo tradicionalne slovenske jedi.



Slovenska kulinarika je zanimivo gastronomsko okolje v Evropi. Slovenski deželi je narava podarila izredno raznolikost, od visokogorja, morja in obale, velike ravnine, krasa in gričevja ... Hkrati meji na štiri države z uveljavljenimi narodnimi kuhinjami, od katerih je prejela kar nekaj kulinarčnih dobrot. Starodavna slovenska kuhinja je odvisna od navad posameznih pokrajin, odvisno za kakšno priložnost je bila jed ponujena (vsakodnevne jedi, poroke in druga slavlja, cerkveni prazniki...).

Slovenska kuhinja je preprosta in enostavna predvsem zaradi takratne tehnologije kuhanja. Tradicionalna slovenska kuhinja je uporabljala skoraj izključno domače pridelke. Uvožena hrana je bila izjema, pomaranč ali limon v glavnem ni poznala, razen v meščanski kuhinji in na obali, kjer so se ustavljali mornarji. Slovenci so uživali vse vrste mesa, a so ga imeli na mizah poredko, predvsem ob nedeljah in praznikih. Bogati meščani so si obroke z mesom privoščili večkrat. Današnje prehranjevalne navade so se močno spremenile od časov naših prednikov. Prav je, da pri pripravi jedilnika spoštujemo izvirne slovenske jedi, vendar pa kalorične jedi z maščobami živalskega izvora nadomestimo z modificiranimi recepturami jedi, ki so lažje prebavljive in za današnji življenjski slog bolj »zdrave«.

V vrtcu se trudimo zagotoviti kvalitetno in optimalno ponudbo obrokov v prijetni klimi. Otroke spodbujamo k umirjenemu razgovoru, saj je smrtna tišina pri mizi ostanek iz časa, ko smo živeli v patriarhalno naravnani družbi.