

**KUHNAPATO.SI**

KUHNAPATO.SI



# DÓBER TEK Slovenija

Zdravo uživaj & več gibaj.



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

**KUHNAPATO.SI**

KUHNAPATO.SI

[WWW.KUHNAPATO.SI](http://WWW.KUHNAPATO.SI)



[WWW.KOHNAPATO.SI](http://WWW.KOHNAPATO.SI)



## *Upoštujemo..*

- prehransko kulturno dediščino: praznike, običaje, ostale vzroke za pripravo jedi
- smernice zdravega načina prehranjevanja...
- letni čas in danosti narave
- lokacijo / regijo bivanja otrok in značilne sestavine
- lokalne sestavine – iz okolice, brez dolgih poti
- sposobnosti osnovnošolcev
- postopke izvedbe, prilagojene otrokom – veselje do dela





## Zakaj

- vplivati na sprejemanje zdravih obrokov iz šolske kuhinje
- motivirati k uporabi zdrave, lokalne hrane
- razširjati okus in posledično vsakodnevni jedilnik s hranilno, polnovredno hrano
- sadje in zelenjavo postaviti v ospredje
- znati upoštevati tradicijo, letni čas in potrebe telesa
- želimo si uravnavati telesno težo, postati bolj aktivni in se počutiti bolje
- in spodbuditi medvrstniško sodelovanje
- tako bomo uspešnejši na vseh področjih

*Mali kuharski mojstri...*





## *Tekmovanje – sprememba v bodoče!*

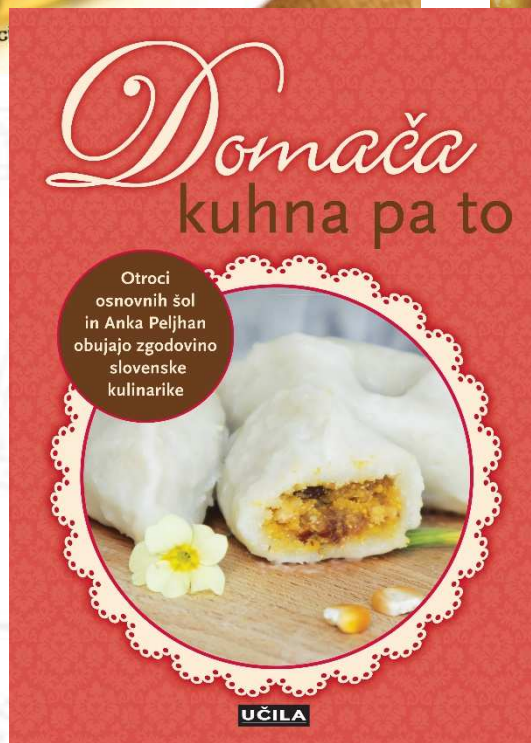
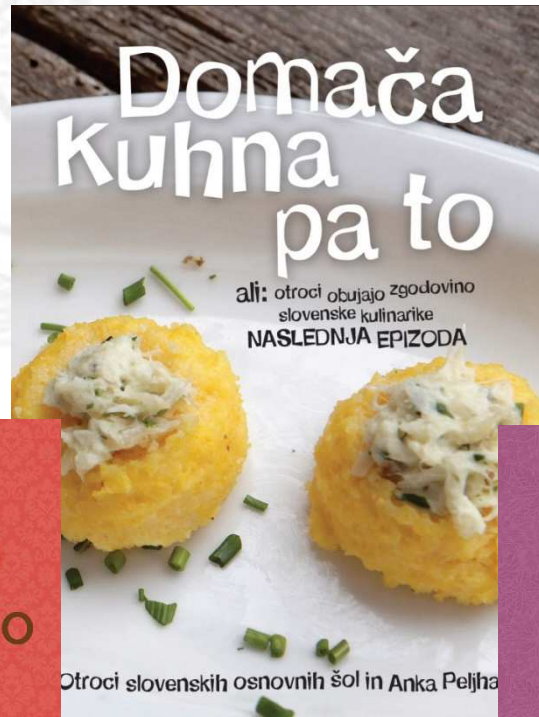
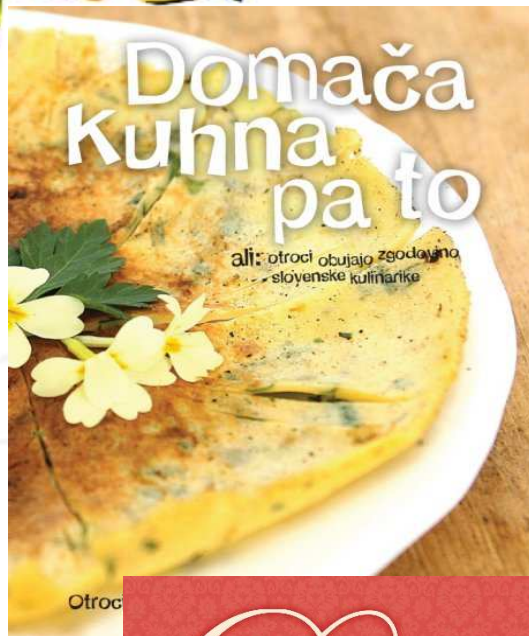
- 1 skupina šteje 4 kuharje, več skupin ene OŠ
- brezplačno sodelovanje za OŠ
- od 4. do 9. razreda
- mentor: učitelj gospodinjskega pouka, vodja prehrane, ostalo
- regijska tekmovanja + finale
- kuhamo kot nastop v priznanih gostilnah
- komisija: strokovnjaki svojih področij
- skupina ima ime: lokalna kulinarčna ali mitološka posebnost
- vsaka skupina kuha svoje lokalno značilne jedi po predpisanih kategorijah
- nagrade: vsi / finalisti / zmagovalci

# *Veselite se sodelovanja*





## Knjige



## Izbor v angleščini

S častnim pokroviteljstvom predsednika vlade RS dr. Mira Cerarja in v sodelovanju z UKOM, je nastala knjiga z recepti v angleščini...



*Otroci otrokom pripravimo zdravo tradicionalno slovensko kosilo!*



*...tudi če nimamo šolske kuhinje..*



# Med-vrstniško sodelovanje



**DÖBER TEK**  
Slovenija

Zdravo uživaj & več gibaj.

[WWW.KUHNAPATO.SI](http://WWW.KUHNAPATO.SI)

*Sadje in zelenjava v ospredje!*



*..Pojemo tudi z očmi...*



# Motivacija na dolgi rok!









# Izobraževanje

## Seminarji in delavnice za mentorje:

- Ribogojnica Fonda
- Sečoveljsko školjčišče, soline
- Ribogojnica Žalec, Blanca, Soča Kobarid, delavnica v Hotelu Hvala
- Spoznavanje zelišč pri Butulovih
- Delavnica z mojstrom Urošem Štefelinom, Vila Podvin
- Mlečni izdelki Zelene doline
- Akademija Jezeršek – delavnice, seminarji
- Na posestvu Istenič
- Prisostvovanje delavnicam za otroke

*...v sliki*



**DÖBER TEK**  
Slovenija  
Zdravo uživaj & več gibaj.

**W.KUHNAPATO.SI**



# *Nova znanja in veščine*

## **Za otroke:**


- V ribogojnici Fonda
- V Sečoveljskem školjčišču, delavnica, ogled 2x
- Na Butulovem zeliščnem vrtu
- Kako do jogurta – Zelene doline
- Izdelujemo Idrijske žlikrofe
- Osvajamo celoten kuharski postopek v Gostilni Na gradu, Ljubljanski grad
- Delavnica z mojstrom Štefelinom, Podvinska tržnica
- Lokalna tržnica pri gostilni Krištof
- Delavnica v Akademiji Jezeršek
- Izdelava lectovega srca
- Ogled in delavnica v Gorenjski Lesce
- Ogled in delavnica pri Arvajevih
- V ribogojnici Zupan
- Inovativni piknik pri Krištofu

**DÓBER TEK**  
Slovenija

Zdravo uživaj & več gibaj.

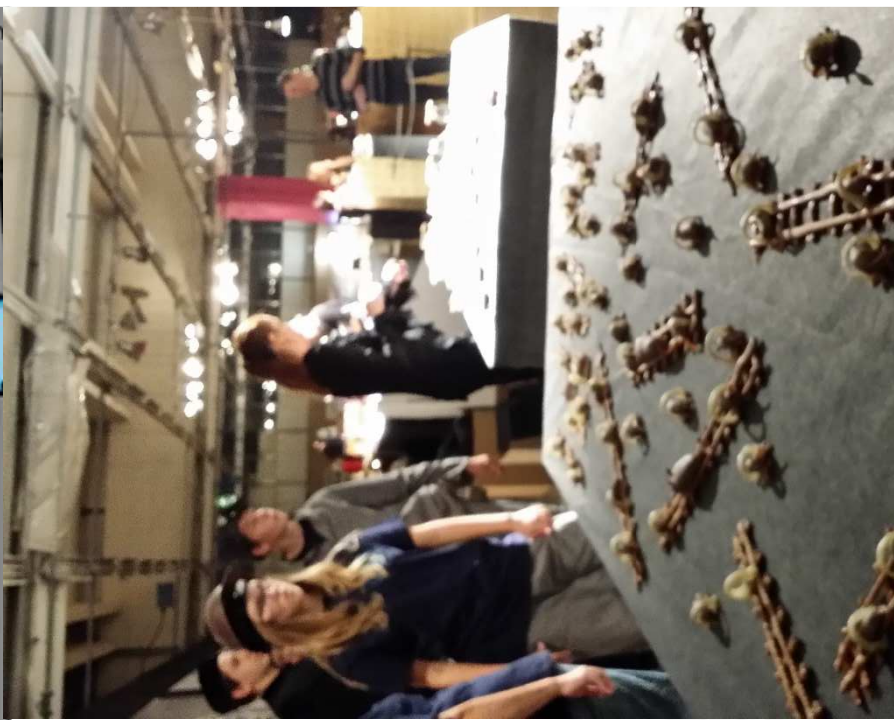
**WWW.KUHNAPATO.SI**

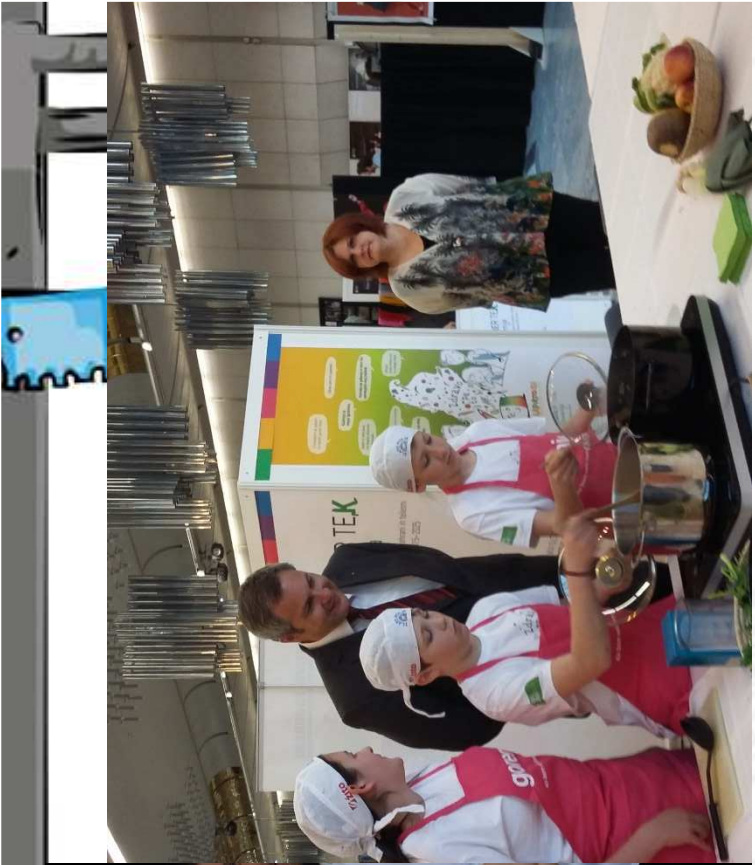




## *Nastopamo!!! doma...*

- Na MOS-u Celje
- Na otvoritvi Odprte kuhinje v Ljubljani
- Samostojen kulinarični dogodek na Pogačarjevem trgu
- Festival kulinarike in vina v GH Union 3X
- Eat & drink design – oblikovalski bienale
- Kulturni bazar 3X
- Teden EU v Ljubljani
- Na sejmu AGRA 2015
- Informativa 2016
- Slanikova pojedina 2016, GH Union
- Brda in vino
- ...





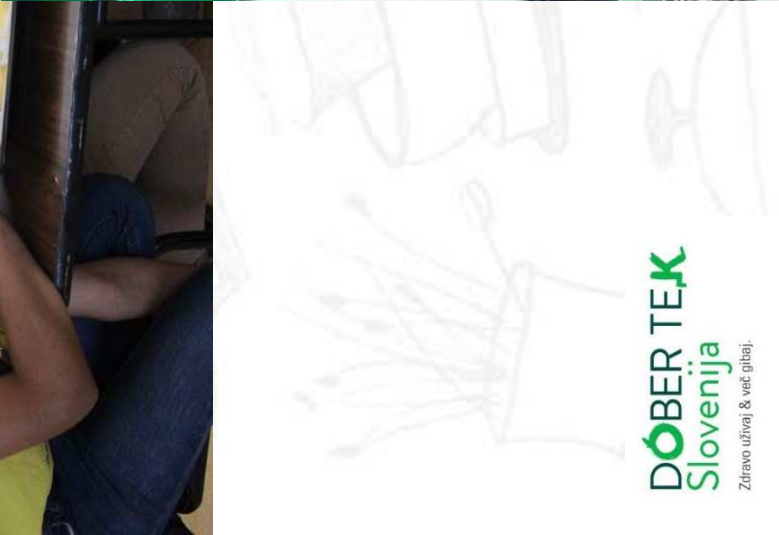
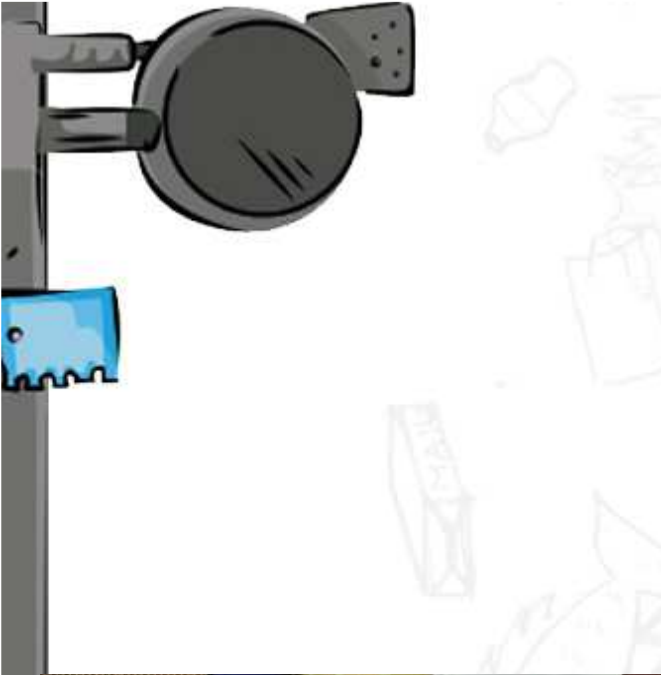




## ...in v tujini...

- Dan odprtih vrat Evropskih ambasad v Washingtonu 3X + odmevni nastopi
  - Uvod na Simpozij kulinarične diplomacije
  - Priprava medenega zajtrka na evropskem predstavništvu
  - Organizacija izvedbe slovenskega jedilnika za vse šole v Washingtonu
- Dan državnosti: London, Bruselj







# Kontakt:

Anka Peljhan

Društvo Vesela kuhinja

[www.kuhnapato.si](http://www.kuhnapato.si)

[info@kuhnapato.si](mailto:info@kuhnapato.si)

FB: Kuhnapato Projekt