

Čokolada za zajtrk

Alina se zjutraj usede k mizi.

„Mama, ali smem za zajtrk čokolado?“

„Ne, čokolada ni zdrava.“

„Ali smem bonbončke?“

„Ne, bonbončki niso zdravi.“

„Kaj pa puding?“

„Alina, v čokoladi, bonbončkih in pudingju je preveč sladkorja.

Ne boš imela dovolj energije za svoj šolski dan.“

„Ampak babica vedno pojé košček čokolade, ko potrebuje energijo.“

„Majhen košček čokolade dobiš za malico. Za zajtrk pa pojey kruh z medom.“

„V redu. Saj je tudi med sladek.“



▶ Pravilno nakrižaj.

Kdaj se Alina usede k mizi?

ponoči

zjutraj

Kaj hoče Alina za zajtrk?

čokolado, bonbončke
in kokakolo

bonbončke,
čokolado in puding

Kaj je v čokoladi?

preveč sladkorja

preveč soli

Kdaj pojé babica košček
čokolade?

Ko potrebuje energijo.

Ko je žalostna.

▶ Prečrtaj to, česar ne ješ ali ne piješ za zajtrk.

pica kokakola jogurt marmelada müsli čokolada kruh
žemlja med juha kakav čaj limonada mleko klobasa
zrezek špageti palačinke maslo rogljiček koruzni kosmiči