

Zajęcia kulinarne w Klubie Seniora



KLUB SENIORA



W Centrum Społeczno - Kulturalnym w Staninie po raz kolejny zostały przeprowadzone zajęcia kulinarne w ramach realizacji projektu „Aktywna jesień życia w Gminie Stanin” dla członków Klubu Seniora.

Jest to typ zajęć bardzo lubianych przez Seniorów. Poza wspólną integracją w trakcie gotowania jest także nauka - uczestnicy nie tylko uczą się wspólnie nowych przepisów, ale także pogłębiają wiedzę o właściwościach odżywczych różnych pokarmów wchodzących w skład dań. Seniorzy ćwiczą swoje umiejętności, wymieniają się doświadczeniami w zakresie gotowania, poznają nowe techniki kulinarne.

Zajęcia kulinarne przeprowadziła Pani Dietetyk - mgr inż. Justyna Siwiela - Tomaszczyk.

Tym razem Seniorzy przyrządzali zupę szpinakową, lazanie z cukinii oraz kakaowe ciastka owsiane. Przepisy w galerii zdjęć.



Metabol
1. Alcool etilic
2. Glucoză
3. Glicerol
4. Acid lactic
5. Acid succinic
6. Acid malic
7. Acid citric
8. Acid oxalic
9. Acid fumaric
10. Acid succinil-CoA
11. Acid piruvic
12. Acid oxaloacetic
13. Acid malonic
14. Acid fumaric
15. Acid succinic
16. Acid lactic
17. Acid citric
18. Acid oxalic
19. Acid fumaric
20. Acid succinil-CoA

Biogenerare
1. Biogenerare
2. Biogenerare
3. Biogenerare
4. Biogenerare
5. Biogenerare
6. Biogenerare
7. Biogenerare
8. Biogenerare
9. Biogenerare
10. Biogenerare
11. Biogenerare
12. Biogenerare
13. Biogenerare
14. Biogenerare
15. Biogenerare
16. Biogenerare
17. Biogenerare
18. Biogenerare
19. Biogenerare
20. Biogenerare