



Karta pracy do lekcji „Wspólne przygotowywanie posiłków”

GRA DYDAKTYCZNA

Do gry niezbędnych jest 6 zestawów kart do gry, składających się z 3 kart:

- „SKLEP”
- „ŁODÓWKA”
- „SPIŻARKA”





Lodówka:

- Mleko 3,2% (1 L)
- Jaja (10 szt.)
- Twaróg tłusty (500 g)

PIECZYWO:

- kajzerka (0,50 zł),
- chleb baltonowski (3,00 zł),
- chleb żytni (5,00 zł),
- grahamka (1,20 zł),
- bułka tarta (4,00 zł),
- czerstwa bułka (0,50 zł)

NABIAŁ:

- masło (8,00 zł),
- śmietana 18% (2,50 zł),
- śmietana 12% (2,50 zł),
- żółty ser (8,00 zł),
- jogurt naturalny (1,60 zł),
- serek waniliowy (2,60 zł)

MIĘSO I WĘDLINA:

- pierś z kurczaka (8,00 zł),
- filet z indyka (10,00 zł),
- salami (8,00 zł),
- szynka (7,00 zł),
- kielbasa śląska (5 zł)

TŁUSZCZE:

- oliwa z oliwek (10,00 zł),
- smalec (3,00 zł)

PRZETWORY OWOCOWO-WARZYWNE:

- dżem truskawkowy (8 zł),
- dżem wiśniowy (8 zł),
- dżem brzoskwiowy (8 zł),
- ananas w puszcze (10,00 zł),
- suszone pomidory w oleju (8 zł)

WARZYWA:

- dynia (7,00 zł),
- ogórek zielony (3,50 zł),
- pomidory (10,00 zł),
- marchew (4,00 zł),
- cebula (3,50 zł),
- czosnek (2 zł),
- koper (natka) (2,00 zł)

OWOCE:

- jabłka (3,00 zł),
- pomarańcze (7 zł),
- gruszki (7 zł),
- mrożone truskawki (10,00 zł),
- mrożone maliny (18,00 zł)

PRZYPRAWY:

- oregano suszone (2,00 zł),
- gałka muskatowa (2,00 zł),
- czosnek granulowany (2,00 zł),
- bazylija świeża (6,00 zł)

INNE:

- miód wielokwiatowy (15,00 zł),
- sos czekoladowy (7,00 zł),
- sos karmelowy (7,00 zł),
- nutella (10,00 zł),
- masło orzechowe (14,00 zł)

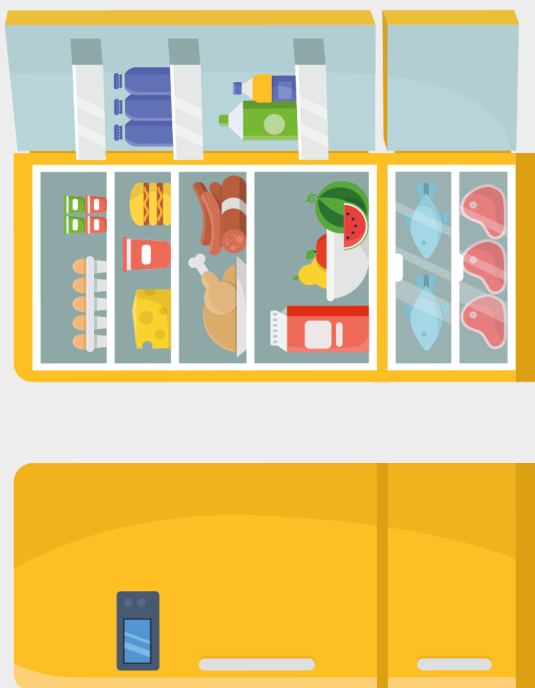


Spizarnia:

- Mąka pszenna (1 kg)
- Cukier (1 kg)
- Przyprawy: sól, pieprz
- Olej rzepakowy 1 L
- Ziemniaki (3 kg)

Spizarnia:

- Mąka pszenna (1 kg)
- Cukier (1 kg)
- Przyprawy: sól, pieprz
- Olej rzepakowy 1 L



Lodówka:

- Schab wieprzowy (750 g)
- Mleko 3,2% (1 L)
- Jaja (10 szt.)

PIECZYWO:

- kajzerka (0,50 zł),
- chleb baltonowski (3,00 zł),
- chleb żytni (5,00 zł),
- grahamka (1,20 zł),
- bułka tarta (4,00 zł),
- czerstwa bułka (0,50 zł)

NABIAŁ:

- masło (8,00 zł),
- śmietana 18% (2,50 zł),
- śmietana 12% (2,50 zł),
- żółty ser (8,00 zł).

biojurt naturalny (1

- serek waniliowy (2,60 zł)

MIĘSO I WĘDLINA:

- pierz z kurczaka (8,00 zł),
 filet z indyka (10,00 zł),
 salami (8,00 zł),
 szynka (7,00 zł),
 kiełbasa śląska (5 zł)

TŁUSZCZE:

- oliwa z oliwek (10,00 zł),
- smalec (3,00 zł)

PRZETWORY OWOCOWO-WARZYWNE:

- dżem truskawkowy (8 zł),
- dżem wiśniowy (8 zł),
- dżem brzoskwiowy (8 zł),
- ananas w puszcze (10,00 zł),
- suszone pomidory w oleju (8 zł)

WARZYWA:

- dynia (7,00 zł),
 ogórek zielony (3,50 zł),
 pomidory (10,00 zł),
 marchew (4,00 zł),
 cebula (3,50 zł),
 czosnek (2 zł),
 koper (natka) (2,00 zł)

OWOCE:

- jabłka (3,00 zł),
- pomarańcze (7 zł),
- gruszki (7 zł),
- mrożone truskawki (10,00 zł),
- mrożone maliny (18,00 zł)

PRZYPRAWY:

- oregano suszone (2,00 zł),
- gałka muszkatołowa (2,00 zł),
- czosnek granulowany (2,00 zł),
- bazyliia świeża (6,00 zł)

INNE:

- miód wielokwiatowy (15,00 zł),
- sos czekoladowy (7,00 zł),
- sos karmelowy (7,00 zł),
- nutella (10,00 zł),
- masło orzechowe (14,00 zł)



Lodówka:

- Mleko 3,2% (1 L)
- Jaja (10 szt.)
- Drożdże świeże (100 g)
- Ser mozzarella (100 g)

PIECZYWO:

- kajzerka (0,50 zł),
- chleb baltonowski (3,00 zł),
- chleb żytni (5,00 zł),
- grahamka (1,20 zł),
- bułka tarta (4,00 zł),
- czerstwa bułka (0,50 zł)

NABIAŁ:

- masło (8,00 zł),
- śmietana 18% (2,50 zł),
- śmietana 12% (2,50 zł),
- żółty ser (8,00 zł),
- jogurt naturalny (1,60 zł),
- serek waniliowy (2,60 zł)

MIĘSO I WĘDLINA:

- pierś z kurczaka (8,00 zł),
- filet z indyka (10,00 zł),
- salami (8,00 zł),
- szynka (7,00 zł),
- kielbasa śląska (5 zł)

TŁUSZCZE:

- oliwa z oliwek (10,00 zł),
- smalec (3,00 zł)

PRZETWORY OWOCOWO-WARZYWNE:

- dżem truskawkowy (8 zł),
- dżem wiśniowy (8 zł),
- dżem brzoskwiowy (8 zł),
- ananas w puszcze (10,00 zł),
- suszone pomidory w oleju (8 zł)

WARZYWA:

- dynia (7,00 zł),
- ogórek zielony (3,50 zł),
- pomidory (10,00 zł),
- marchew (4,00 zł),
- cebula (3,50 zł),
- czosnek (2 zł),
- koper (natka) (2,00 zł)

OWOCY:

- jabłka (3,00 zł),
- pomarańcze (7 zł),
- gruszki (7 zł),
- mrożone truskawki (10,00 zł),
- mrożone maliny (18,00 zł)

PRZYPRAWY:

- oregano suszone (2,00 zł),
- gałka muskatowa (2,00 zł),
- czosnek granulowany (2,00 zł),
- bazylija świeża (6,00 zł)

INNE:

- miód wielokwiatowy (15,00 zł),
- sos czekoladowy (7,00 zł),
- sos karmelowy (7,00 zł),
- nutella (10,00 zł),
- masło orzechowe (14,00 zł)



Spizarnia:

- Mąka pszenna (1 kg)
- Cukier (1 kg)
- Przyprawy: sól, pieprz
- Olej rzepakowy (1 L)
- Makaron tagliatelle -wstążki (1 opakowanie)

Spizarnia:

- Mąka pszenna (1 kg)
- Cukier (1 kg)
- Przyprawy: sól, pieprz
- Olej rzepakowy (1 L)
- Pomidory w puszce (400 g)



Lodówka:

-Mleko 3,2% (1 L)

-Jaja (10 szt.)

-Szpinak świeży/mrożony
(0,5 kg)

-Ser typu feta (200 g)

-Śmietanka (200 ml)

PIECZYWO:

- kajzerka (0,50 zł),
- chleb baltonowski (3,00 zł),
- chleb żytni (5,00 zł),
- grahamka (1,20 zł),
- bułka tarta (4,00 zł),
- czterstwa bułka (0,50 zł)

NABIAŁ:

- masło (8,00 zł),
- śmietana 18% (2,50 zł),
- śmietana 12% (2,50 zł),
- żółty ser (8,00 zł),
- jogurt naturalny (1,60 zł),
- serek waniliowy (2,60 zł)

MIĘSO I WĘDLINA:

- pierś z kurczaka (8,00 zł),
- filet z indyka (10,00 zł),
- salami (8,00 zł),
- szynka (7,00 zł),
- kielbasa śląska (5 zł)

TŁUSZCZE:

- oliwa z oliwek (10,00 zł),
- smalec (3,00 zł)

PRZETWORY OWOCOWO-WARZYWNE:

- dżem truskawkowy (8 zł),
- dżem wiśniowy (8 zł),
- dżem brzoskwiowy (8 zł),
- ananas w puszcze (10,00 zł),
- suszone pomidory w oleju (8 zł)

WARZYWA:

- dynia (7,00 zł),
- ogórek zielony (3,50 zł),
- pomidory (10,00 zł),
- marchew (4,00 zł),
- cebula (3,50 zł),
- czosnek (2 zł),
- koper (natka) (2,00 zł)

OWOCY:

- jabłka (3,00 zł),
- pomarańcze (7 zł),
- gruszki (7 zł),
- mrożone truskawki (10,00 zł),
- mrożone maliny (18,00 zł)

PRZYPRAWY:

- oregano suszone (2,00 zł),
- gałka muskatowa (2,00 zł),
- czosnek granulowany (2,00 zł),
- bazyliia świeża (6,00 zł)

INNE:

- miód wielokwiatowy (15,00 zł),
- sos czekoladowy (7,00 zł),
- sos karmelowy (7,00 zł),
- nutella (10,00 zł),
- masło orzechowe (14,00 zł)



Lodówka:

-Mleko 3.2%

-Jaja

-Mięso wieprzowo-wołowe mielone

PIECZYWO:

- kajzerka (0,50 zł),
- chleb baltonowski (3,00 zł),
- chleb żytni (5,00 zł),
- grahamka (1,20 zł),
- bułka tarta (4,00 zł),
- czerstwa bułka (0,50 zł)

NABIAŁ:

- masło (8,00 zł),
- śmietana 18% (2,50 zł),
- śmietana 12% (2,50 zł),
- żółty ser (8,00 zł),
- jogurt naturalny (1,60 zł),
- serek waniliowy (2,60 zł)

MIĘSO I WĘDLINA:

- pierś z kurczaka (8,00 zł),
- filet z indyka (10,00 zł),
- salami (8,00 zł),
- szynka (7,00 zł),
- kielbasa śląska (5 zł)

TŁUSZCZE:

- oliwa z oliwek (10,00 zł),
- smalec (3,00 zł)

PRZETWORY OWOCOWO-WARZYWNE:

- dżem truskawkowy (8 zł),
- dżem wiśniowy (8 zł),
- dżem brzoskwiowy (8 zł),
- ananas w puszcze (10,00 zł),
- suszone pomidory w oleju (8 zł)

WARZYWA:

- dynia (7,00 zł),
- ogórek zielony (3,50 zł),
- pomidory (10,00 zł),
- marchew (4,00 zł),
- cebula (3,50 zł),
- czosnek (2 zł),
- koper (natka) (2,00 zł)

OWOCY:

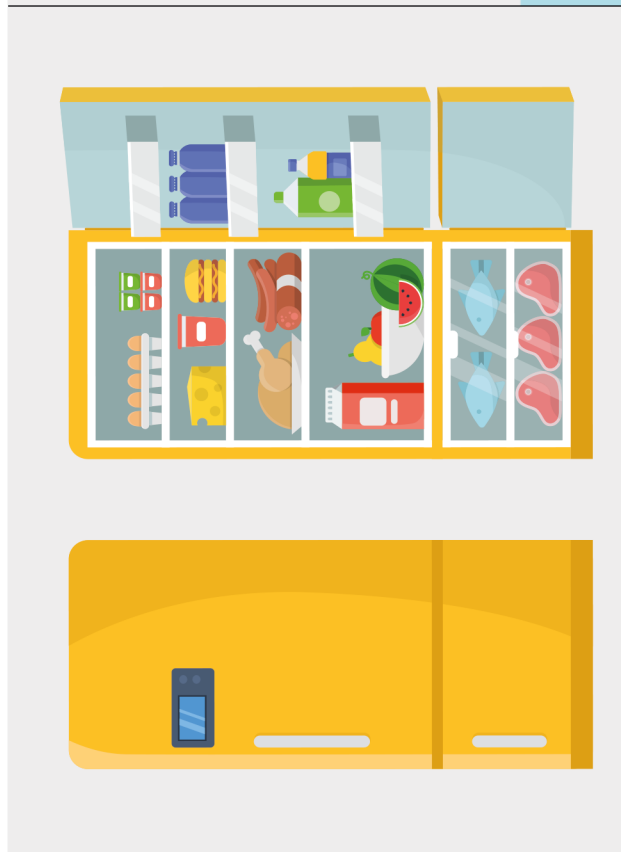
- jabłka (3,00 zł),
- pomarańcze (7 zł),
- gruszki (7 zł),
- mrożone truskawki (10,00 zł),
- mrożone maliny (18,00 zł)

PRZYPRAWY:

- oregano suszone (2,00 zł),
- gałka muskatowa (2,00 zł),
- czosnek granulowany (2,00 zł),
- bazylija świeża (6,00 zł)

INNE:

- miód wielokwiatowy (15,00 zł),
- sos czekoladowy (7,00 zł),
- sos karmelowy (7,00 zł),
- nutella (10,00 zł),
- masło orzechowe (14,00 zł)



Lodówka:
-Mleko 3.2% (1L)
-Jaja (10 szt.)

PIECZYWO:	-kajzerka (0,50 zł), -chleb baltonowski (3,00 zł), -chleb żytni (5,00 zł), -grahamka (1,20 zł), -bułka tarta (4,00 zł), -czterstwa bułka (0,50 zł)	NABIAŁ:	-masło (8,00 zł), -śmietana 18% (2,50 zł), -śmietana 12% (2,50 zł), -żółty ser (8,00 zł), -jogurt naturalny (1,60 zł), -serek waniliowy (2,60 zł)	MIĘSO I WĘDLINA:	-pierś z kurczaka (8,00 zł), -filet z indyka (10,00 zł), -salami (8,00 zł), -szynka (7,00 zł), -kielbasa śląska (5 zł)	TŁUSZCZE:	-oliwa z oliwek (10,00 zł), -smalec (3,00 zł)
PRZETWORY OWOCOWO-WARZYWNE:	-dżem truskawkowy (8 zł), -dżem wiśniowy (8 zł), -dżem brzoskwiński (8 zł), -ananas w puszcze (10,00 zł), -suszone pomidory w oleju (8 zł)	WARZYWA:	-dynia (7,00 zł), -ogórek zielony (3,50 zł), -pomidory (10,00 zł), -marchew (4,00 zł), -cebula (3,50 zł), -czosnek (2 zł), -koper (natka) (2,00 zł)	OWOCY:	-jabłka (3,00 zł), -pomarańcze (7 zł), -gruszki (7 zł), -mrożone truskawki (10,00 zł), -mrożone maliny (18,00 zł)		
PRZYPRAWY:	-oregano suszone (2,00 zł), -gałka muskatowa (2,00 zł), -czosnek granulowany (2,00 zł), -bazylija świeża (6,00 zł)	INNE:	-miód wielokwiatowy (15,00 zł), -sos czekoladowy (7,00 zł), -sos karmelowy (7,00 zł), -nutella (10,00 zł), -masło orzechowe (14,00 zł)				