

## A LITÉRI REFORMÁTUS ÁLTALÁNOS ISKOLA

2025-ben is meghirdeti tanulói és családjaik körében

### **A FINOM FALATKÁK FUTAMÁT**

Három kategóriában lehet nevezni:

- I. kategória: sós falatkák
- II. kategória: édes falatkák
- III. kategória: mentes falatkák (pl. gluténmentes, tejmentes, laktózmentes, a mentesség megadásával)

**Idén olyan falatkák készítését várjuk, amelyek kevés cukrot, sok rostot, és egészséges, változatos alapanyagokat tartalmaznak.**

Ezzel a kihívással csatlakozunk aktív iskolaként  
az EGÉSZSÉGES TÁPLÁLKOZÁS HETE kampányhoz.

**A pályázat célja:** Tegyük gyermekeink ételeit változatosabbá, érdekesebbé, egészségesebbé, a gyerekek számára vonzóvá úgy, hogy a fenntarthatóságra nevelés, a klímavédelem szempontjai is érvényesüljenek.!

**Fontos tudni, hogy az ételeket otthon kell elkészíteni felnőtt irányításával, de gyerekek bevonásával. (1 vagy több gyermek+1 segítő felnőtt) 2025. november 15. és november 16. között. Bármilyen konyhatechnikai eljárást fel lehet használni. A finom ízek, klassz ötletek mellett a tálalás is fontos. Kérjük, hogy olyan adagokban készüljenek a falatkák, hogy könnyen tudjuk szétosztani, kínálni a gyerekeknek.**

Kérünk egy-két fotót a készítésről, ahol munka közben látható a gyermek, és egy fotót a tálalt falatkákról, amelyen az étel mellett szerepel az ifjú szakács is. Ide küldjék a fotókat: [finomfalatkakfutama@gmail.com](mailto:finomfalatkakfutama@gmail.com). A levél tárgyaként a tanuló nevét, osztályát is szíveskedjenek megadni.

**A recept olvasható legyen, és pontos mennyiségeket tartalmazzon. 3. osztálytól a gyermek maga másolja, írja le kézzel a receptet. 1-2. osztályban segíthet a szülő is a lejegyzésben.**

**2025. november 17-én hétfőn reggel 7:15 és 8:00 között várjuk az iskola régi technika termébe az elkészült ételeket zárt dobozban, tálkán vagy tálcán. Kérjük, hogy az edények alján feltétlenül tüntessék fel a gyermek nevét, osztályát.**

**A nevezési lapok november 13-tól től érhetők el az iskola honlapján, vagy az iskolatitkártól kérhetők, de leadáskor is kitölthetők.**

**A pályamunkával együtt kérjük leadni hétfőn reggel a nevezési lapot és a receptet is.**

**VIDÁM KÖZÖS MUNKÁLKODÁST KÍVÁNUNK A RÉSZTVEVŐKNEK!**

