Záložka: stezka/cestička

**Zdravý jídelníček – mléko**

*Říkají Mauglí a Lucinka*

***Mléko*** *se tvoří v mléčných žlázách samic savců během doby, kdy kojí svá mláďata. Hlavně je tedy mléko určeno jim.*

***VÍŠ, ŽE…***

* Někdy se názvem mléka nazývají i **rostlinná mléka**, jsou bílá a vyrábějí se např. z kokosu, sóji, rýže, vloček, …
* Člověk je jediný savec, který pije mléko jiných savců.
* Některým lidem působí mléčné výrobky zažívací potíže.
* Lidé nejčastěji konzumují kravské mléko. Ovčí a kozí mléko se používá spíše na další zpracování.

**MLÉČNÉ VÝROBKY**

Z mléka se vyrábí různé mléčné výrobky. Najdi jich na obrázku deset a zakroužkuj je. Potom je seřaď do tabulky podle toho, které ti chutná nejvíc a které nejméně.

* Obrázek mleko

Na jinou stranu dolů:

Řešení úkolu Mléčné výrobky: Smetana, Máslo, Jogurt, Sýr, Sušené mléko, Čerstvé mléko, Tvaroh, Zakysaná smetana, Podmáslí, Kefír

**PŘIPRAV SI**

*BANÁNOVÝ KOKTEJL*

**Budeš potřebovat banán, mléko, mixér (s výběrem a obsluhou ti pomůžou rodiče) **

1. Oloupej banán, rozděl ho na několik dílů a polož ho do nádoby, ve které budeš koktejl připravovat. Zalij banán mlékem. ****
2. Mixuj tak dlouho, dokud nebudeš mít krémový koktejl bez kusů banánu.

****

1. Dobrou chuť. Můžeš vyzkoušet i kakaovou variantu. ****

Připravila: Lvíče, ilustrace: Josef Pospíchal