**SOK OWOCOWO-WARZYWNY**

****

**SKŁADNIKI:**

* **OWOCE:**

**JABŁKA,** 

**POMARAŃCZE,** 

**MANDARYNKI,** 

**BANANY LUB INNE**

* **WARZYWA: MARCHEW**

**PRZYBORY KUCHENNE:**

* **NÓŻ DO WARZYW**
* **DESKA DO KROJENIA**
* **WYCISKARKA DO SOKÓW**
* **KUBEK**
* **ŚCIERECZKA**

**SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:**

1. **PRZED PRZYSTĄPIENIEM DO PRACY UMYJ RĘCE.**
2. **NASTĘPNIE UMYJ OWOCE I WARZYWA.**
3. **OBIERZ OWOCE I WARZYWA ZE SKÓRKI. PAMIĘTAJ O ZACHOWANIU OSTROŻNOŚCI PRZY TEJ CZYNNOŚCI. JEŻELI NIE POTRAFISZ OBIERAĆ, POPROŚ O POMOC RODZICA LUB OPIEKUNA.**
4. **POKRÓJ OWOCE I WARZYWA NA MNIEJSZE CZĄSTKI.**
5. **JEŻELI OWOCE MAJĄ PESTKI, NALEŻY JE USUNĄĆ, PONIEWAŻ MOGŁYBY USZKODZIĆ WYCISKARKĘ DO SOKÓW.**
6. **WYCISKARKĘ DO SOKÓW URUCHAMIA RODZIC LUB OPIEKUN. PODCZAS PRACY URZĄDZENIA NALEŻY ZACHOWAĆ OSTROŻNOŚĆ - SKŁADNIKI POWINNO SIĘ DOCISKAĆ ODPOWIEDNIM ELEMENTEM WYPOSAŻENIA WYCISKARKI: DO OTWORÓW WYCISKARKI NIE WOLNO WKŁADAĆ PALCÓW.**
7. **PO ZAKOŃCZENIU POSPRZĄTAJ MIEJSCE PRACY.**

**ZRÓB LISTĘ ZAKUPÓW DO PRZEPISU NA SOK OWOCOWO-WARZYWNY.**

**Lista zakupów**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

****