



TERVIS JA HEAOLU PÄRNU KESKLINNA LASTEAIAS

1. Kasutame toiduvalmistamisel puhast ja kvaliteetset toorainet. Võimalusel Eestimaist.
 - Jahutatud liha ja kala
 - Maitsestatamata jogurt tarretiste, smuutide valmistamiseks
 - Maitsestatamata kohupiim magustoitude valmistamiseks
 - Värskete ja külmutatud marjade rohke kasutamine toiduvalmistamisel
 - Kartulid koorime köögis kohapeal
 - Õunamahl kohalikult taluperenaiselt. Hooajal ka eestimaised õunad.
 - Rasvadest kasutusel eesti või, viinamarjaseemneõli, külmpressitud oliiviõli
2. Maitsetugevdajate vaba ja sünteetiliste lisaaineteta toit.
3. Meie toidulaua ei ole poolfabrikaate, valmistame kõik toidud oma köögis.
4. Igapäevaselt pakume lastele vahepalaks PRIA toetuse puu-või juurvilja, joogiks PRIA koolipiima, keefiri.
5. Viiel päeval nädalas pakutakse menüüs köögivilju hautatult või värskelt.
6. Igapäevaselt kättesaadav puhas joogivesi nii toas kui õues.
7. Motiveerime lapsi mitmekesiselt ja tervislikult toituma. Uute maitsete tutvustamine. Arvestame laste maitse-eelistustega.
8. Integreeritud tegevused lastega tervisliku ja mitmekülgse toitumise edendamiseks ja hoidmiseks.
9. Õuesoleku aja maksimaliseerimine. Õppekäigud loodusesse, õuesõpe.
10. Positiivne hoiak endasse, kaaslasesse ja ümbritsevasse.