**Dani kruha**

Obilježili smo i Dan kruha i zahvalnosti za plodove zemlje. Učenici su donijeli pregršt krušnih proizvoda. Zahvaljujemo vrijednim majkama i bakama na njihovom trudu. Svaki razred je uredio svoj stol uz pomoć svojih razrednika. Da bi nam ova manifestacija prošla u što svečanijem tonu učenici su recitirali prigodne pjesme. Velečasni Josip Štefančić nam je blagoslovio naše šarene stolove pune kolača, krušnih proizvoda i različitih plodova zemlje. Na kraju je uslijedila degustacija svega toga! Najljepše proizvode smo odnijeli u Dom umirovljenika u Gospiću.

**Kiseljenje cikle**

 Danas smo kiselili ciklu. Bili smo sretni i spretni. Kuhali smo, gulili, rezuckali, a povrh svega smo se odlično zabavljali. Naš rad je nadzirala naša kuharica gospođa Ivanka, jer što je sigurno je sigurno!

Kako smo kiselili ciklu? Ciklui smo oprali i skuhali, zatim smo je narezali na ploškice i stavili u tegle. Složenu ciklu smo prelili sa kombinacijom octa, vode, soli i šećera. Zatim smo ciklu pasterizirali tako da smo teglice desetak minuta prokuhali.

Zanimljivost:

Cikla je: - riznica vitamina i minerala

            - moćni antioksidans

            - snizuje povišeni tlak

            - potiče rad jetre

Ne zaboravite na list cikle jer obiluje blagotvornim nutrijentima poput beta karotena, kalcija, željeza i vitamina A, a ujedno je i niskokalorična.

CIKLA JE KRALJICA IZ ZEMLJE!!!

**Kiseljenje paprika**

Nakon cikle na red nam je došla i paprika. Papriku smo oprali i očistili, te ostavili preko noći u mješavini octa, vode, soli i papra u zrnu. Nakon 24h papriku smo stavili u teglice, poklopili i prokuhali teglice desetak minuta.

Zanimljivost:

Kolumbo je donio papriku u Europu 1493. gdje se brzo proširila i kultivirala. Danas se u svijetu uzgaja oko 50 vrsta paprike.

100 grama svježe crvene paprike sadržava 92% vode, 6 g ugljikohidrata, 0.99% bjelančevina. Paprika je izvor vitamina A,C i B6. Paprika sadrži 4 puta više vitamina C od naranče. Bogata je karotenoidom zeacsantinom koji je važan za zdravlje očiju. Pomaže i kod lijepog tena, protiv bora, protiv stresa i nesanice.

Savjet: za sjajniju i zdraviju kožu možete napraviti masku od sušene paprike pomiješane s jednom žlicom meda; ostavite 20 min pa je isperite.

**Zimsko hranjenje ptica**

U suradnji s Ličkom ekološkom akcijom Lea organizirano je predavanje na temu ''Zimsko hranjenje ptica''. Učenici su zainteresiranO slušali o hranjenju ptica, hranilicama i kućicama za ptice. Članovi Eko grupe Dino Vlajnić i Bojan Žilić izradili su kućicu za ptice uz pomoć člana i koordinatora Ličke ekološke akcije Milana Bana. Ostali učenici su pravili hranilice za ptice. Hranilice smo napunili sjemenkama suncokreta te ih postavili na brezu ispred naše škole. Ptičice su brzo primijetile naš trud te su sada stalni posjetitelji naše breze, a na nama ostaje da ih redovito punimo hranom.