

Proces verbal,

Colegiul Național I.L. Caragiale		
Secretariat		
INTRARE	Nr.	1093
TESTE		
Ziua 06	Luna 09	Anul 2022

Incheiat azi, 6 aprilie la ora de dirigentie desfasurata la clasa a IX-a J. Am discutat tema: ”ALIMENTATIA ADOLESCENTULUI”.

Au prezentat scurte informari elevii:

- Popescu Victor
- Buda Denisa
- Tudor Mihnea

Prof . dirig. Cociorva Ionela

Au urmat dezbateri privind rolul proteinelor din surse animale si vegetale pentru cresterea adolescentului.

Am subliniat rolul foarte important al vitaminelor care trebuie sa fie preluate din surse naturale si mai putin din suplimente sintetice.

S-a discutat rolul pozitiv al carbohidratilor sanatosi si rolul nociv al bauturilor carbogazoase care contin foarte mult zahar.

S-a facut o dezbatere intre adeptii regimului alimentar vegetarian si cei care contesta acest regim.

Dezbaterea s-a incheiat prin prezentarea unor sucuri naturale si mancaruri vegetariene. Acestea au fost consumate cu multa placere.

Au participat elevii 27 elevi de la clasa a IX-a J si prof. Dirig. Ionela Cociorva.

