

OKTOOBER ON PUDRUKUU

PUDRUSÖÖJA
2017

Osale pudruprogrammis
ja tee ise oma retsepti
järgi puder.

Täpsemalt uuri oma
klassijuhatajalt.

1. SAMM

PUDRUTUND

Õpi tundma fakte ja
saa teada uut, mil moel puder
on Sinu tervisele kasulik. Tee seda
koos oma õpetajaga. Leia innustust
ja inspiratsiooni, tehes putru koos
restorani tippkokkadega.

2. SAMM

REGISTREERI oma
klass pudruprogrammis
osalemiseks veebilehel
www.pudruprogramm.ee

Või kirjuta e-mail
puder@pudruprogramm.ee.

Esimesed 100 kooli, kes registreerivad
klasside kaupa kahes vanuserühmas
(1. – 4. klass ja 5. – 8. klass) saavad
kingitused ja diplomid iga programmis
osaleva lapse jaoks.

Saatke meile oma lemmikpudru
retsept, pilte ja videosid
ja võitke auhindu!

3. SAMM

VAATA eelmise aasta
osalejate pilte ja retsepte
Facebookist –

f Pudruprogramm

Lisainfo ja õppematerjalid leiad
aadressilt: www.pudruprogramm.ee



Teraviljatoitude söömist soovitavad:
Terviseamet kiidab pudrusööjaid

VAPIANO®
PASTA | PIZZA | BAR

