

# Kolacja na talerzu



**kolorowanki.pl** powered by 

Darmowe kolorowanki dla Twojego dziecka · K-03324



**kolorowankioli.pl**

K-03324 · Wiek 2-7 lat

# Kolacja na talerzu

Talerz z kanapką, jajko, pomidor i kubek z herbatą — lekki wieczorny posiłek.

## Ciekawostka

Polska kolacja jest tradycyjnie 'na zimno' — kanapki, ser, wędlina, sałatka warzywna. Najpopularniejsza herbata wieczorna to czarna z cytryną i miodem. Dietetycy zalecają kolację minimum 2-3 godziny przed snem, żeby się nie kładło z pełnym brzuchem. W Skandynawii kolację jada się o 17, w Hiszpanii o 22.

## Sugerowane kolory

brązowy chleb, czerwony pomidor, jasnobrązowa herbata

## Wskazówka dla rodzica

*Dla dzieci 2-8 lat. Pomaga w nauce nazw przedmiotów i porządku posiłków w dniu.*



<https://animatolka.pl>

ŚLĄSK: Eventy firmowe i miejskie · Szkolne ·  
Przedszkolne · Wesela · Komunie