

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 18 «Солнышко»**

ГАЗЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«Без здоровья невозможно и счастье» - Виссарион Григорьевич Белинский

**1**.**ПОЕЗДКА В СОЧИ –** впечатления семьи Квактун

**2. «КАЗАКОМ СЛЫТЬ – ЗДОРОВЫМ БЫТЬ» спортивный фестиваль-** подготовила инструктор по физической культуре Иванова Н.А.

**3. ОТГОДАЕМ ВМЕСТЕ С ДЕТЬМИ –** подготовила воспитатель Дурсенева Н. Ю.

Наша семья очень любит путешествовать.

Оказавшись в [Сочи](http://yug-gelendzhik.ru/category/otdyx-i-razvlecheniya/krasnodarskij-kraj/sochi/), советую всем обязательно заглянуть на **Красную Поляну**. Сделать это можно как с экскурсией, так и самостоятельно.





Красная Поляна — это не один, а несколько районов, каждый из которых имеет свое название: Эсто-Садок, Красная Поляна, Роза Хутор. Все они между собой объединены автомобильной  и железной дорогой.   
 Желаем всем посетить этот курорт.

Подготовила семья Квактун.

9 апреля на базе физкультурно-оздоровительного комплекса «Лидер» состоялся спортивный фестиваль «Казаком слыть – здоровым быть». Мероприятие состоялось в соответствии с планом деятельности инновационной площадки «Развитие физической культуры и формирование основ ЗОЖ у воспитанников и родителей вусловиях сетевого взаимодействия ДОУ и ДЮСШ», в целях пропоганды здорового образа жизни и формирования представлений о жизни и быте кубанских казаков через совместную и игровую деятельность детей и их родителей.



****

****

****

****

Фестиваль состоял из спортивных, музыкальных и кулинарных конкурсов.

****

****

Вот некоторые рецепты кубанской кухни учавствовавшие в конкурсе.

**Жареные грибы с картошкой и сметаной**

***Ингредиенты:***

***- 700 г картофеля; - 500 г свежих грибов, лучше белых; - 2 луковицы; - 2–3 зубчика чеснока; - 100 г сметаны; - масло***

***растительное для обжаривания; - соль, перец по вкусу; - зелень петрушки, укропа.***

***Готовится в духовке 30-40 минут, за 10 минут до готовности кладется сметана и зелень.***

***Автор блюда: семья Нечипоренко.***

**Пирожки кубанские сладкие**

Ингредиенты:

***Мука просеянная  — 750 Грамм***

***Дрожжи сухие  — 2,5 Чайных ложки***

***Соль — 0,5 Чайных ложки***

***Сахар — 50 Грамм***

***Молоко теплое  — 480 Миллилитров***

***Яйцо — 4 Штуки (3 - в тесто, 1 - для смазывания)***

***Ванильный экстракт  — 1 Чайная ложка***

***Масло растительное  — 100 Миллилитров***

***Цедра одного апельсина  — 1 Штука***

***Замешивается тесто и ставится подходить в теплое место на 1-1.5 часа (перебивать тесто 2 раза)***

***Готовое тесто раскатывается и наполняется вареньем. Пирожки выкладываются на сковороду смазанную маслом и смазываются взбитым яйцом. Ставятся в разогретую духовку на 30 минут***

***Варенье  — 250 Грамм***

***Масло сливочное  — 50 Грамм***

***Сахарная пудра  - по вкусу***

***Автор выпечки: семья Банник.***

**Кубанские вареники с творогом**

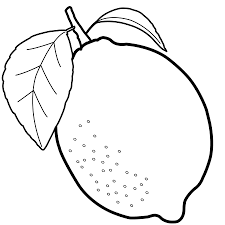
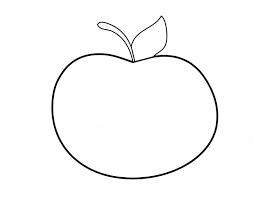
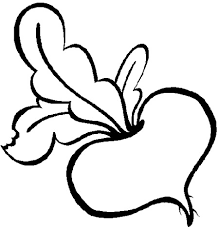
* [**Яйцо куриное**](http://www.povarenok.ru/recipes/ingredient/3562/) **(белок в тесто, желток в начинку) — 3 шт.**
* [**Вода**](http://www.povarenok.ru/recipes/ingredient/351/) **— 0.5 стакана.**
* [**Молоко**](http://www.povarenok.ru/recipes/ingredient/1125/) **— 0.5 стакана.**
* [**Мука пшеничная**](http://www.povarenok.ru/recipes/ingredient/2339/)
* [**Соль**](http://www.povarenok.ru/recipes/ingredient/1681/)
* [**Творог**](http://www.povarenok.ru/recipes/ingredient/1771/) **— 250 г**
* [**Сахар**](http://www.povarenok.ru/recipes/ingredient/1601/) **— 1 ст. ложка**
* [**Масло сливочное**](http://www.povarenok.ru/recipes/ingredient/1068/) **— 1 ст. ложка.**

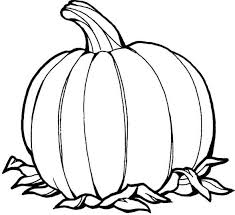
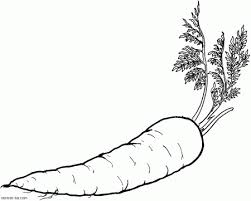
**Яичные белки смешать с водой, молоком, солью и хорошо размешать.   
Постепенно добавляя в яичную массу муку, замесить крутое тесто. Оставить на 30 -40 минут.   
  
Начинка: творог растереть с сахаром, яичным желтком и растопленным сливочным маслом.   
  
Отрезаем часть готового теста и раскатываем его в тонкий пластик и вырезаем кружочки с помощью стакана или чашки.   
На середину каждого кружочка кладем начинку и защипываем края.   
Опускаем вареники в кипящую, подсоленную воду и варим до тех пор, пока они не всплывут.   
Сверху можно положить сметан**

**Автор блюда: семья Шеремет**

подготовила инструктор по физической культуре- Иванова Н.А.

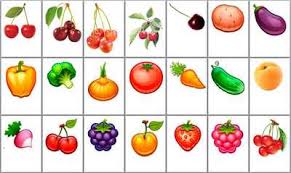
1.Раскрась овощи и фрукты содержащие витамин А- красным цветом, витамин С -желтым .

2.Зачеркни овощи и фрукты, из которых можно приготовить салат

   (  варенье, компот, суп).

****

|  |
| --- |
| Издательство: ООО «Фаворит», Краснодарский край, г. Приморско-Ахтарск, ул. Ленина 68  Главный редактор Дурсенева Н.Ю.  Юридический адрес  352931 Краснодарский край, г.Приморско-Ахтарск, ул. Аэрофлотская 132.  Тел: 3-07-55  Ф.И.О. руководителя учреждения  Маранина Ирина Антоновна (МБДОУ №18)  Сайт учреждения-[maraninai@mail.ru](mailto:maraninai@mail.ru) |