Svetovni dan hrane v našem vrtcu – od zrna do slastnega piškota

16. oktober 2026

Ob svetovnem dnevu hrane, ki ga vsako leto obeležujemo 16. oktobra, je v našem vrtcu zadišalo po sveže pečenih piškotih. Otroci iz skupin **Mucki, Polžki, Ježi, Sove, Zmaji in Vetrnice** so zavihali rokave in se za en dan prelevili v prave male peke. Skozi igro, pogovor in praktično delo so spoznavali, kako hrana nastane, od kod prihaja in zakaj je pomembno, da z njo ravnamo spoštljivo.

Peka piškotov je bila veliko več kot le prijetna kulinarična dejavnost. Otrokom je ponudila priložnost za sodelovanje, raziskovanje, razvijanje spretnosti in razmišljanje o pomenu hrane v vsakdanjem življenju.

Mali peki na delu

V skupini **Mucki** so otroci pridno valjali testo, si med seboj delili modelčke, oblikovali piškote in jih polagali na pekač. Z nadetimi predpasniki in kuharskimi kapami so se z veseljem lotili dela. Ob pripravi so ugotavljali, katere sestavine potrebujemo za piškote. Sprva so menili, da vse dobimo v trgovini, nato pa so skupaj raziskovali, kako dolga je pravzaprav pot hrane od polja in kmetije do naše kuhinje. Spoznali so, da moko dobimo iz žita, ki ga zmeljejo v mlinu, jajca pa nam dajejo kokoši. Pogovarjali so se tudi o tem, koliko ljudi sodeluje pri nastanku hrane in zakaj je pomembno, da je ne zavržemo po nepotrebnem.

V skupini **Polžki** so se otroci peke lotili v manjših skupinah. Ker je bilo testo nekoliko mehkejše, so ga najprej pregnetli, oblikovali majhne kroglice in jih s prstki sploščili. Pri tem so samostojno dodajali moko in ugotavljali, koliko je potrebujejo. Posebno navdušenje je vzbudila pestra izbira modelčkov, s katerimi so ustvarjali piškote najrazličnejših oblik. Ko so bili piškoti pečeni, pa je sledilo še eno veselo opravilo – med vsemi dobrotami so iskali prav tiste, ki so jih izdelali sami! Ob peki so spoznavali tudi pomen spoštljivega odnosa do hrane in razmišljali, kako lahko zmanjšamo količino zavržene hrane.

Tudi v skupini **Ježi** so otroci komaj čakali, da se lotijo peke. Po pripravi delovnih površin in skrbi za higieno so se razdelili v manjše skupine ter se preizkusili v gnetenju, oblikovanju in izrezovanju piškotov. Vsak otrok je dobil svoj košček testa, ga sploščil in z izbranimi modelčki ustvarjal različne oblike. Pri tem so ugotavljali, da mora biti testo ravno prav debelo – če je pretanko, se lahko strga, piškoti pa se med peko hitreje zapečejo. Nekateri so piškote oblikovali povsem samostojno, drugi so z veseljem raziskovali testo in moko ter občasno potrebovali pomoč odraslih. Tudi pri Ježih so se pogovarjali o izvoru hrane in sestavinah, potrebnih za pripravo piškotov.

V skupini **Zmaji** so otroci z navdušenjem valjali testo in z modelčki ustvarjali piškote različnih oblik. Najbolj so jih pritegnili valjanje, oblikovanje in seveda pričakovanje, da bodo svoje izdelke lahko tudi poskusili. Ob dejavnosti so se pogovarjali o izvoru hrane, zdravju in pomenu odgovornega ravnanja z živili.

V skupini **Vetrnica** je bilo prav tako živahno. Otroci so se preizkusili v valjanju testa, izbiranju modelčkov in oblikovanju piškotov. Posebno veselje jim je predstavljalo ustvarjanje različnih oblik. Ob tem so spoznavali sestavine, potrebne za pripravo testa, ter razmišljali, od kod prihajajo moka, jajca in mleko.

Prav posebno zanimiv pogovor je potekal v skupini **Sove**, kjer so otroci pred peko razmišljali o hrani, njenem izvoru, zdravju in lepem vedenju pri mizi. Njihove izjave so bile iskrene, domiselne in polne otroške modrosti.

Na vprašanje, zakaj sploh jemo hrano, so odgovorili:
»Da živimo.«
»Da rastemo.«
»Da smo zdravi.«
»Brez hrane nimaš energije in ne moreš hoditi, delati, telovaditi.«

Razmišljali so tudi o tem, kako pridemo do hrane:
»V gozdu iščemo gobe in plodove.«
»Na njivah, poljih posadimo koruzo, krompir, pšenico, peso, zelenjavo.«
»Če imaš pšenico, koruzo, jo zmelješ v mlinu, dobiš moko, iz katere lahko spečeš kruh, piškote ...«

Otroci so pokazali tudi, da dobro razumejo pomen spoštljivega odnosa do hrane:
»Hrano jemo in se z njo ne igramo.«
»Ne norčujemo se iz hrane.«
»Hrano dobro zgrizemo, jemo počasi.«

Pogovor je nanesel še na zdravo prehrano, kjer so otroci ugotavljali, da je pomembno uživati raznovrstno hrano in da s sladkarijami ne smemo pretiravati.
Po pogovoru so si skrbno umili roke, nadeli predpasnike in se lotili oblikovanja piškotov. Pripravljene piškote so skupaj odnesli v glavno kuhinjo na enoti Puharjeva, kjer so si z velikim zanimanjem ogledali kuhinjo in spoznali veliko konvekcijsko peč.
Po kosilu je sledil težko pričakovani trenutek – pokušina! Otroci so opazili, da so piškoti med peko postali lepo zlato rjavi, ob okušanju pa ugotovili, da so sladki, slastni in tudi malenkost slani.

Majhne roke, velika spoznanja

Skozi pripravo piškotov so otroci spoznali, da hrana ne nastane sama od sebe in da za vsakim obrokom stoji veliko dela, znanja in truda. Obenem so razvijali ročne spretnosti, sodelovali med seboj, si pomagali in doživeli veselje ob skupnem ustvarjanju.

Svetovni dan hrane nas je tako spomnil, da hrana ni nekaj samoumevnega. Pomembno je, da poznamo njen izvor, cenimo delo vseh, ki sodelujejo pri njeni pridelavi in pripravi, ter z njo ravnamo odgovorno.

In če smo se ob tem naučili še speči slastne piškote, je bil dan toliko lepši!