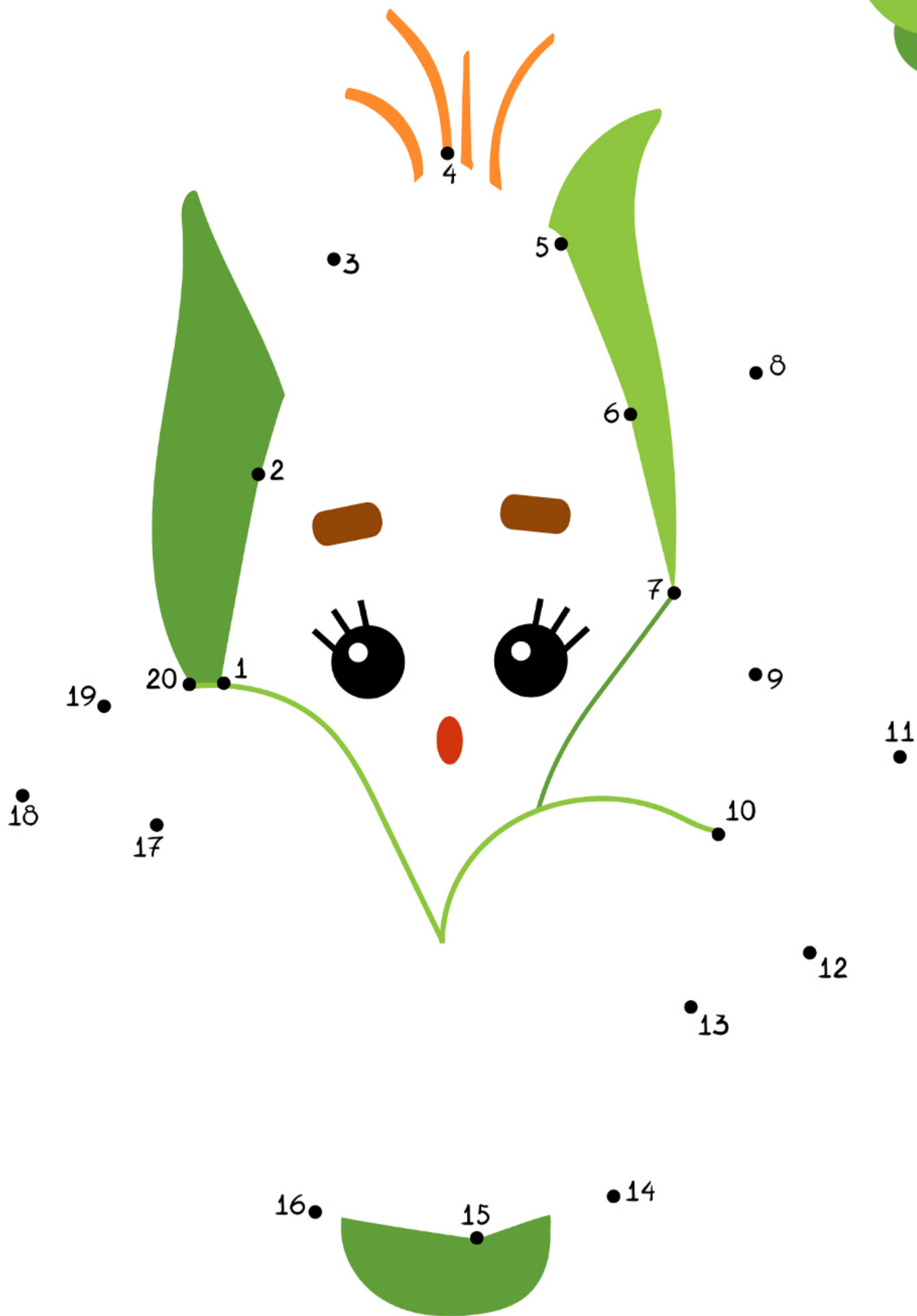




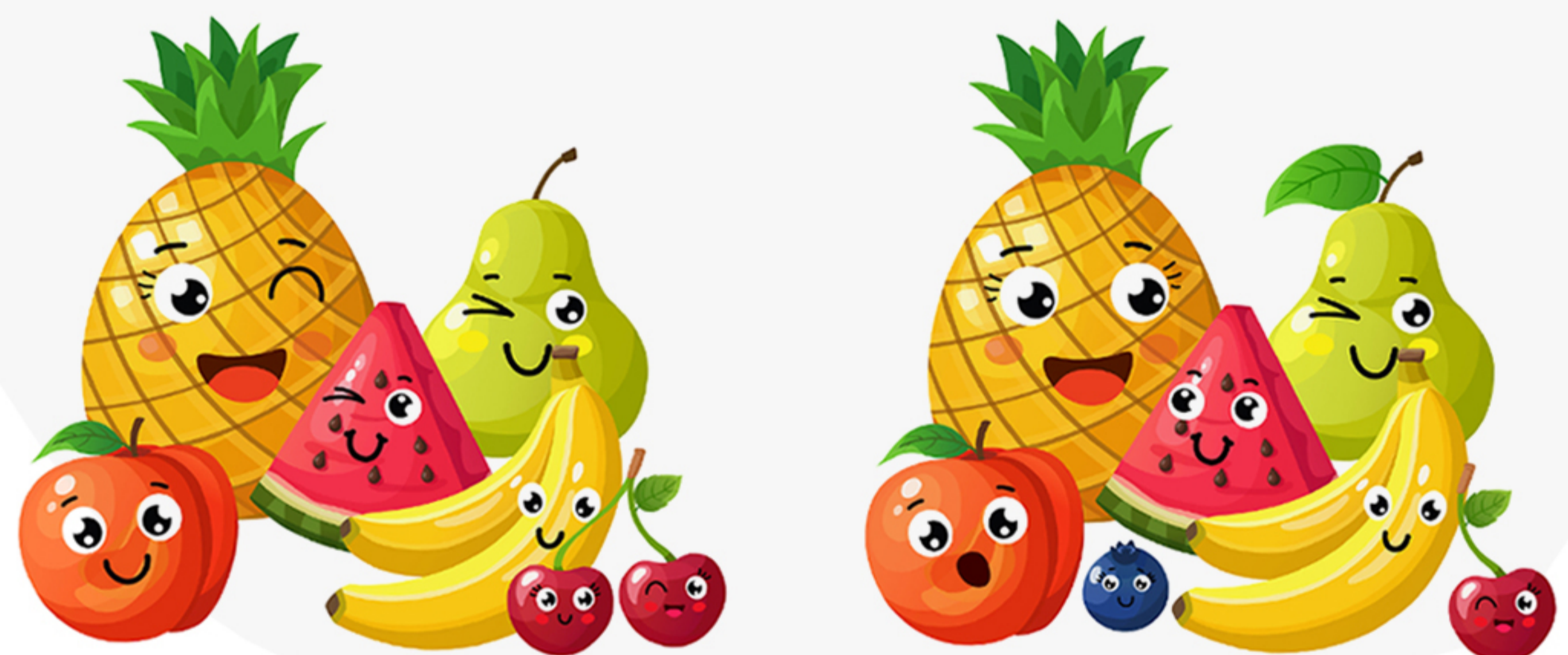
## SUJUNK TAŠKUS



Kukurūzai yra javai, kurie yra 2 vietoje pagal populiarumą pasaulyje. Žmonės ne tik juos valgo, bet indėnai iš jų net statydavo trobeles. Vaikai labiausiai mėgsta spragintus kukurūzus - popkornus! Jei nebarstytum ant jų daug druskos, sviesto ar kitų priedų - spraginti kukurūzai yra tikrai sveikas užkandis.



## RASK 6 SKIRTUMUS



NUSPALVINK  
MANE



Bulvę į Europą atvežė keliautojas Kristupas Kolumbas (tas, kuris atrado Ameriką). Pradžioje karaliai jas augino, kaip gėles ir tik vėliau pradėjo jas valgyti. Bulvės turi daug vitaminų A, C ir folio rūgšties, jose taip pat yra kalio, kuris svarbus visai organizmo veiklai bei tavo širdėlei. Ar žinotai, kad sveikiausia valgyti bulves su lupenomis?