

Letní závitky – M. Pavlásek 15

O TANCI – B. Tenklová 16

NÁVŠTĚVA RÁDIA FAKTOR – ŽÁCI 5.B 20

SPORTOVNÍ KŘÍŽOVKA 3 22

M.Pavlásek, J.Šulista, J.Glaser, J.Lenc

KLÍČ – N. Havlišová 23

UBYTOVÁNÍ – K. Záluská 23

LYŽAŘ – M. Beneš 25

SILVESTROVSKÝ HON – E. Benháková 26

KOČIČKA LÍZA – J. Šulista 27

VE ŠKOLNÍ JÍDELNĚ

rozhovor s M.Jináčkovou, vedoucí školní
jidelny 29

GALERIE OKOLO VÝTAHU
Mgr. D. Kadlec 33

Úvodník

Prispěla: Mgr. L. Vybíralíková

Milí čtenáři,

Právě otvíráte již devatenácté vydání školního časopisu
Dobrá vyhlídka.

Dění ve škole

Leden

Žáci druhého stupně **vytvořili** výtvarně-jazykové projekty na téma „Moje nej...“.

V lednu probíhaly zápisy do prvních tříd.

Žáci čtvrtého ročníku si v rámci hodin vlastivědy připravili projekty na téma hrady a zámky České republiky. Modely objektů jste mohli zhlédnout v přízemí naší školy do února.

Reprezentace

Dne 25. února dobrovodské děti opět zabojovaly na turnaji v házené pořádaném Lokomotivou Suché Vrbné v Českých Budějovicích. Získaly krásné druhé místo.

Od měsíce října na naší škole běží florbalová liga. Týmy jsou složeny z žáků prvního stupně pod vedením pana učitele Jana Bučka. V prosinci proběhlo vyhlášení nejlepších týmů a hráčů. Exhíbiční zápas učitelů a nadšených mladých florbalistů nadchl ostatní spolužáky, kteří projevíli zájem o vstup do ligy, aby s nadšením rozšířili její stávající členskou základnu.

Žáci prvního stupně, kteří jsou neustále v pohybu, se v

průběhu ledna a února zúčastnili turnajů v házené, korfbalu a florbalu. Velmi dobře reprezentovali školu svým sportovním nasazením a hrou fair play. Nejmladší žáci prvních a druhé třídy zahájili kurz plavání. Každý pátek nezahálí a prohlubují své dovednosti v **plaveckém** bazénu v Českých Budějovicích.



Únor

V současnosti můžeme u výtahu obdivovat výstavu na téma Podmořský svět. Jedná se o výtvarné práce a netradiční objekty žáků druhého stupně pod vedením pana učitele **Mgr. Davida Kadlece**. Děti z první třídy propojily vlastní malbu s tvorbou inspirovanou obrázkovou knihou s názvem *Pezzettino* od Lea Lionniho, a to při tandemové výuce s panem Kadlecem a paní třídní učitelkou Mgr. Markétou Krajčírovou.

Když rodiče učí

V první třídě proběhla beseda s paní Mgr. Jitkou Hrdou, která dětem představila práci překladatelky.

Vesmírná zásilkovna


Budu vám vyprávět o knize, která by se vám mohla líbit. Pojednává o malém chlapci Norim, který žije se svými rodiči ve vzdálené galaxii. Jednoho dne se rozhodne, že si vypůjčí vesmírnou loď svého tatínka, ale netuší, že v raketě přebývá skřítek vesmírné zásilkovny. Nori s ním zažívá mnoho vesmírných dobrodružství. Opravdu dobrodružné a vtípné čtení od autorky Kláry Smolíkové. Text: Matěj Ouška



Jednou si malá holčička adoptovala pejska, pojmenovala ho Flíček. Flíček jezdil s Amálkou na dovolenou. Ale jednou nemohl, proto ho dali do psího hotelu. Flíček si tam našel kamarády, se kterými si užíval dva měsíce prázdnin. Když si rodina pro Flíčka přijela, zjistili, že v hotelu je cizí osamělý pes. A holčička si ho nakonec také adoptovala a byli všichni šťastni. Text: Emma



Brčáková

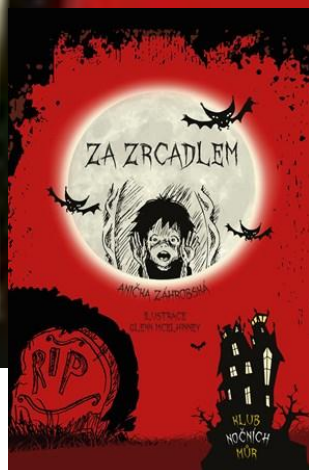


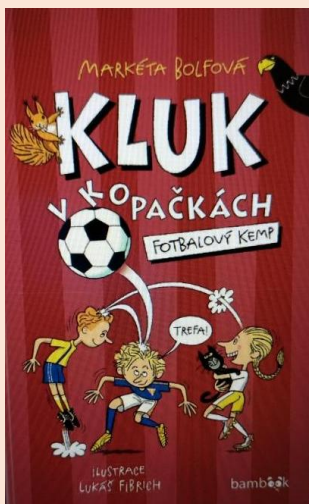
ZA ZRCADLEM

Autor: Anička Záhrobská

Hlavními postavami je Anička, Karin, Abigail a Abi. Knížka je o Aničce, která vypráví strašidelný příběh o Abigail, dívce, která se přes prázdniny stala zlou. Abigail totiž uvízla v zrcadle a místo ní se za ni vydávala Abi - zlé děvče. Abigail za zrcadlem mrzla a hladověla. Abigail se chtěla opět s Abi prohodit, ale Abi se jí zlověstně podívala do očí a řekla, že to nepůjde. Kniha se mi líbila, protože je strašidelná.

Text: Nela Havlišová





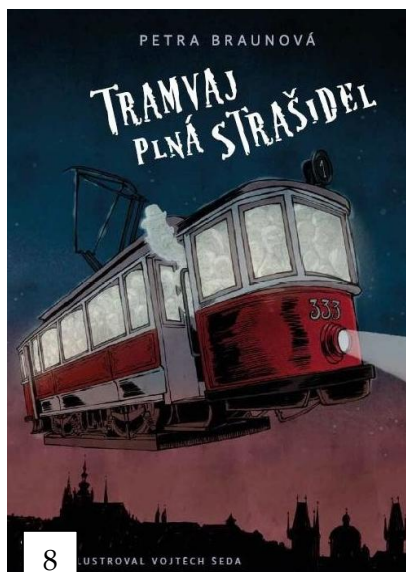
Hlavními postavami je Tomáš, trenér Pavel, Tomášovi kamarádi z kempu (Petr, Honza, Lukáš aj.) Kniha vypráví o chlapci jménem Tomáš, který miluje fotbal. Dostane možnost jet na fotbalový kemp, kam se moc těší, ale zároveň má trochu strach, že nebude tak dobrý jako ostatní kluci. Na kempu pozná nové kamarády i přísného trenéra

Pavla. Zpočátku se mu moc nedaří – míče mu utíkají, netrefuje bránu a ostatní se mu občas posmívají. Tomáš se ale nevzdává. Každý den poctivě trénuje, poslouchá trenéra a snaží se být nejlepší. Kniha se mi moc líbila.

Text: Miroslav Pavlásek

David bydlí v Praze. Bydlí v pátém patře. Jednou v noci se mu zjeví tramvaj plná duchů. David se začal bát. O prázdninách jel za bratrance a sestřenicemi. Během jeho pobytu v Uničově plnili zkoušky. Když se vrátil do Prahy, už se nebál. Tramvaj se mu za oknem už nezjevovala. Kniha se mi líbila. Líbilo se mi, jak plnili zkoušky a líbilo se mi, že se David přestal bát.

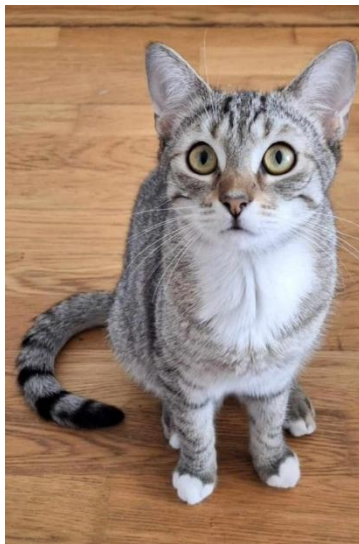
Text: Matěj Beneš



CHOVATELSTVÍ

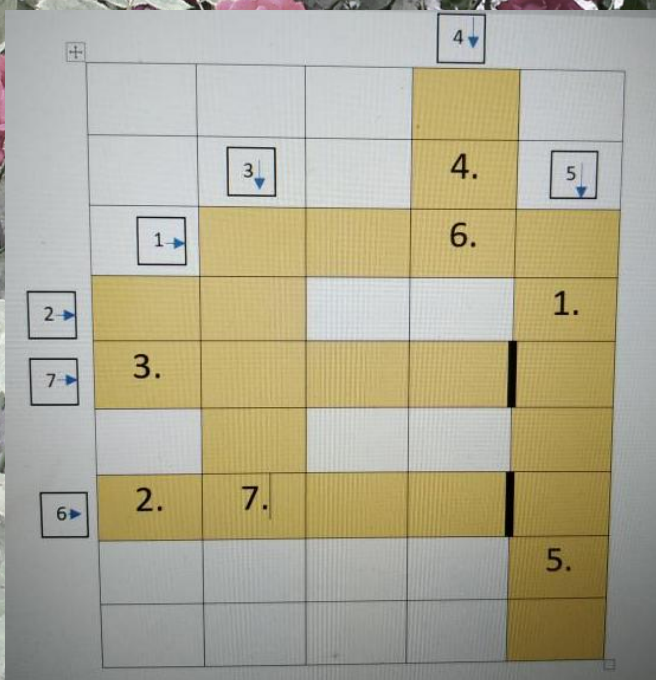
KOČKY

Mám doma tři kočky. Jmenují se Kitty, Rocky a Ponožka. Nejstarší je Kitty. Je jí pět let a je to samotářka. Je mourovatá a je nejraději v pelišku. Rocky je tulák. Našli jsme ho venku před domem. Je mu deset měsíců. Rád si hraje a rád se mazlí. Má krásnou dlouhou srst. Poslední je Ponožka. Jeli jsme si pro něj do Prahy. Je mu také deset měsíců. Je ze všech nejvíce mazlivý. Všichni si hrají s hračkami. Když jsme na chatě, chodíme je venčit na vodítku. Jsou velmi hodné a mám je moc ráda.



KŘÍŽOVKA PRO RADOST 2

1. Suchá tráva
2. Žijí zde včely
3. Mládě obrovského savce
4. Slovo souznačné ke slovu muž
5. Velké město v Moravskoslezském kraji
6. Vzniká ze spousty bublin
7. Bylina s trny



Autor: B.Tenklová, R. Honsová

RECEPTY

Lotus kuličky

250g Lotus sušenek rozdrtíme válečkem nebo rozelemele. Smícháme s jednou plechovkou Salka. Ze vzniklé hmoty vytvarujeme kuličky, které potom obalujeme v kokosu. Uložíme je na chladné místo. Pokud je těsto moc lepivé a kuličky jdou špatně tvarovat, přidáme podle potřeby ještě kokos.

Určité vám budou chutnat 😊

Text, foto: Matěj Hlaváč



Slané tyčinky

Na slané tyčinky potřebujete listové těsto, různá semínka, kmín, sůl, sladkou papriku a další koření, které máte rádi. Nejdříve si rozbalíme listové těsto a na něj nasypeme vše, co jsme si připravili. Potom těsto nakrájíme na tenké proužky. Rozehřejeme troubu, těsto dáme do trouby přibližně na deset minut – do té doby, než budou tyčinky zlaté. Pak je vyndáme a necháme vychladnout.

Text: Josefína Vrzáková

Mila kuličky

Kuličky budeme připravovat asi 15 minut, ale pak je potřeba nechat je ještě přibližně 12 hodin odležet, aby byly výborné 😊.

Budeme potřebovat Mila sušenky (10 řezů), Nutellu (2-3 lžíce), mleté oříšky na obalení kuliček.

Sušenky rozdrtíme a smícháme s Nutellou, aby vše drželo pohromadě. Z těsta vyrobíme váleček, ten pak zabalíme do potravinářské fólie a dáme přes noc odležet do lednice. Druhý den vyndáme a necháme ohřát na pokojovou teplotu. Tvarujeme kuličky a obalujeme je v mletých oříšcích.

Dobrou chuť.

Text: Kristýna Záluská



Veselé jednohubky s pampeliškovým mlékem

Připravme pro kamarády veselé pohoštění z toho, co dům a zahrada dá. K přípravě veselého pokrmu potřebujeme ostrý nůž, prkénko, ozdobná vykrajovátká, nůžky, toastový chléb, pampelišky, borůvkovou marmeládu, máslo, cukr, mléko, med, cibuli, vejce, sýr a trochu soli.

Z toastového chleba vykrajíme ozdobné tvary a potřeme je máslem. Část z nich nazdobíme borůvkovou marmeládou a zbytek nazdobíme natvrdo uvařenými vejci, jemně nakrájenou cibulkou a posypeme nastrouhaným sýrem.

Tak máme hotovou suchou část pohoštění. Ze zahrádky přineseme pampelišky, vhodíme je do nádoby s mlékem, přidáme med a cukr. Pořádně vše promícháme a přes sítko přecedíme do džbánu.

Doufám, že nám bude vše chutnat.

Text: M. Ouška



Recept na letní závitky

Ingredience: rýžové nudle, rýžový papír, zelenina – mrkev, okurka, cibulka, listový salát, krabí tyčinky.

Uvaříme si rýžové nudle podle návodu. Všechny připravené suroviny si rozdělíme do misek, abychom měli všechno na balení závitků po ruce. Připravíme si ještě misku s vodou. Na pracovní plochu si položíme rýžový papír, který si vložíme na pět vteřin do připravené misky s vodou, aby změkkl. Musíme pracovat rychle, aby se rýžový papír nezačal trhat. Na rýžový papír položíme kousek listového salátu, přidáme svazček vařených rýžových nudlí, zeleninu, kterou jsme si připravili a krevety nebo krabí tyčinky. Pokud jsou suroviny nakrájeny dostatečně najemno, vznikne úhledná hromádka, kterou do placky zavineme.

Tento recept je velmi lehký, protože se připravuje z čerstvých surovin a nesmaží se. Pokrm se dá podávat k večeři nebo jako pohoštění pro návštěvu.

Text: Miroslav Pavlásek, foto Mgr. Hana Koudelková



O TANCI

S BARBORKOU TENKLOVOU

- 1. Jak se jmenuje taneční skupina, kterou navštěvuješ?**
Taneční skupina Danceline studio.
- 2. Víš něco o historii této skupiny?**
Moc ne, jenom vím, že ji založily sestry Eliška a Gabča, které jsou zároveň i trenérky.
- 3. Kolik je vás ve skupině v současné době?**
Dnes tancuji ve skupině Tygři, kde je nás 17 holek.
- 4. Mohla bys nám blíže popsat organizaci taneční skupiny?**
Jsme rozděleni do týmů podle věku a taneční úrovně. Vede nás trenérka a 1 nebo 2 asistentky - podle toho, jak je tým velký. Týmy mají názvy podle zvířat. Začínala jsem jako Žížalka, pak jsem byla třeba Žabka, Želvička a teď jsem Tygr.
- 5. Jak dlouho do skupiny chodíš?**
Odmalička, od 3 let, takže to znamená, že teď začínám 8. rok.
- 6. Jak jsi přišla na nápad věnovat se tanci?**
To si fakt nepamatuji, byly mi 3 roky.

7. Podle čeho sis vybrala taneční skupinu?

Skupinu mi vybrala mamka, která se o ní dozvěděla od kolegyně z práce.

8. Kdy a kde máte tréninky?

Trénujeme 2x týdně v tělocvičně u Metropolu, pak můžeme doplňkově chodit na gymnastiku, někdy máme taneční víkendy a v létě jezdíme na tábor do Dolu u Blatné.

9. Jak vypadá trénink?

Trénink má minimálně 60 minut, na začátku se rozcvičíme a protáhneme. Potom trénujeme choreografii a na závěr máme gymnastiku.

10. Co tě při tréninku nejvíce baví?

Choreografie, gymnastika a hry.

11. Co tě na tréninku naopak baví nejméně?

Nic, vše mě baví.

12. Účastníte se soutěží? Jakých? Kde?

Ano. Účastníme se 3 soutěží, a to Czech Dance Tour, Czech Dance Master a Taneční skupina roku. Vždy se postupuje z regionálních kol až do Mistrovství České republiky. Regionální kola se konají buď v Českých Budějovicích, nebo Jindřichově Hradci. Ta další pak různě, např. v Praze, Chomutově nebo Litoměřicích.

13. Jakých úspěchů jste dosáhli jako taneční skupina?

V loňském roce tým Motýlů vyhrál Mistrovství České republiky a postoupil na Mistrovství Evropy.



14. Jakých úspěchů jsi dosáhla ty?

Největší medailový úspěch bylo 3. místo z Mistrovství České republiky, kde jsme tančili sestavu „How to believe“ z filmu Zvonilka, a pak v loňském roce jsme tančily v O2 Universum, kde celý přenos natáčela televize.

15. Potřebuješ šaty, kostým?

Kostým a šaty nám šijí na míru vždy podle choreografie. Můj nejhezčí kostým byl v loňském roce, když jsme měly tmavě modré vesty, široké kalhoty, žluté mašle ve vlasech a v ruce žlutý šátek.



16. Jakému tanci se věnujete nejčastěji?

Disciplíny, ve kterých tančíme, se jmenují ArtDance nebo ShowArt. Jde o výrazový tanec. A podle toho, zda máme rekvizity, tak jsme v jedné či druhé kategorii tanců.

17. Získala jsi tak nové kamarády?

Ano, spíš kamarádky. Moje nej kamarádka se jmenuje Anička a tančíme spolu prakticky od začátku.



18. Zažila jsi něco veselého?

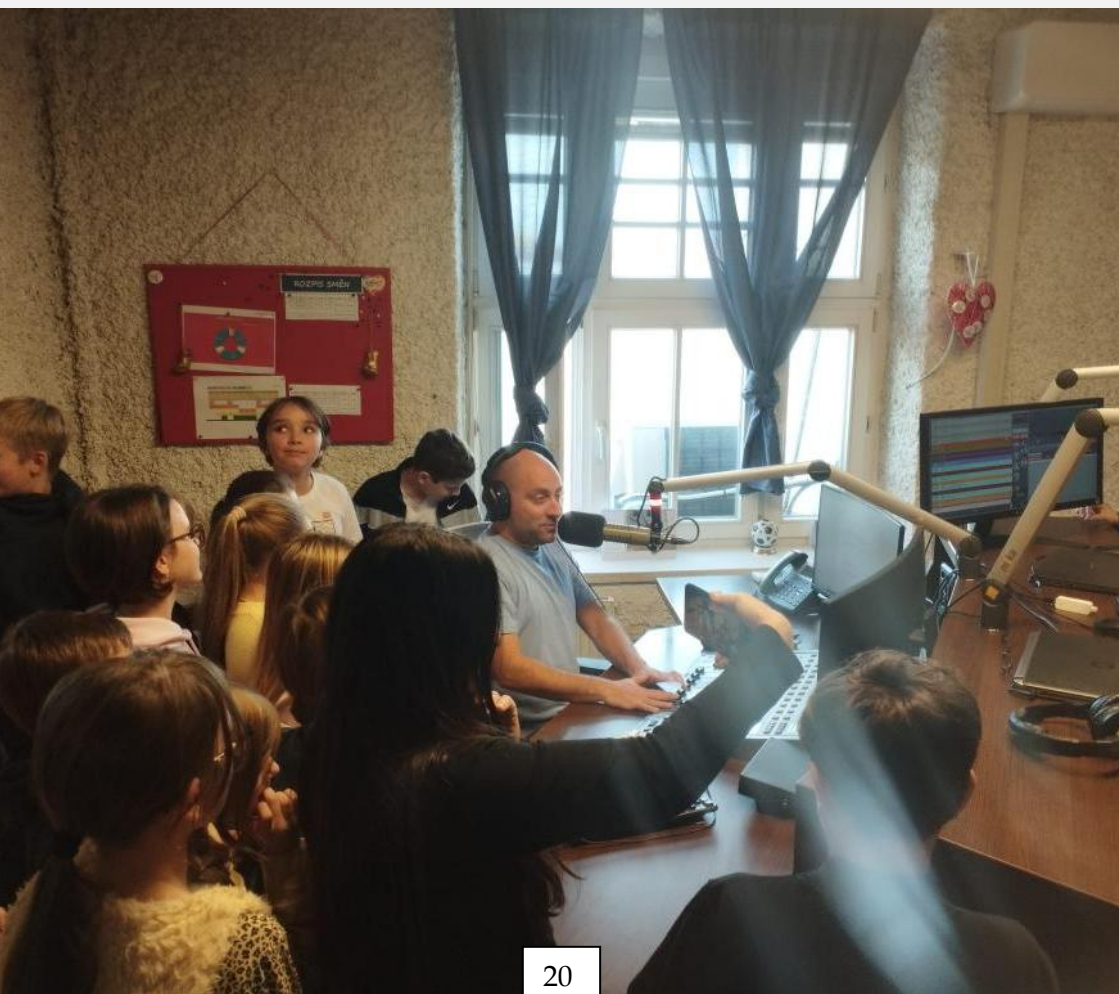
Jistě. Hlavně na táborech a soutěžích zažijeme spoustu srandy.

PROTO DANCELINÉ 4EVER 1



NÁVŠTĚVA RÁDIA FAKTOR

Se školou jsme vyrazili podívat se do Rádia Faktor. Tam jsme se rozdělili do dvou skupin. Jedna skupina si šla vyzkoušet, jaké je to mluvit do mikrofону. Ta druhá sledovala přímý přenos. Místnosti byly zvukotěsné. Bylo tam mnoho mikrofónů, tlačítek a reproduktorů. Vysvětlili nám, na co jednotlivá tlačítka jsou, které z nich například zvuk zesiluje, které snižuje, jak se připravit na vysílání po písničce. Dostali jsme možnost mluvit do přímého vysílání.





Text: žáci 5.B, foto. Mgr. J. Franc

SPORTOVNÍ KŘÍŽOVKA 3

1. Sport, který se hraje na antuce.
2. Místnost na tělocvik.
3. Sport, který se hraje s hokejkou, ale ne na ledu.
4. Krouží se s ní v pase.
5. Dělalí se při rozcvičce.
6. Míčová hra se dvěma kapitány.
7. Skáče se přes to.
8. Hází se na to míčem.

1													
2													
3													
4													
5													
6													
7													
8													

Autor křížovky: M.Pavlásek, J.Šulista,
J.Glaser, J.Lenc

Řešení najdete na straně 24

KLÍČ

Bylo normální ráno, vstala jsem z postele a připravovala jsem se do školy. Vyčistila jsem si zuby, oblékla jsem se, ušlala a pak už jsme pomalu s bráškou a maminkou vyráželi do školy. Když mi maminka ve dveřích podávala aktovku a druhou rukou odemykala, v zámku se zlomil klíč a my nemohli zamknout. Hned jsme volali babičce, protože má náš klíč od domu. Jen jsme dveře na tu chvíli zavřeli a mohli jsme odcházet ke škole. Babička přijela a byt zamkla. Pak šla za mnou do školy a dala mi svůj náhradní klíč, abychom se všichni mohli dostat domů. Bylo to zajímavé ráno. **Autor textu: Nela Havlišová, foto: Mgr. H. Koudelková**

UBYTOVÁNÍ

Jako každý rok i tento jsme jeli na chalupu na lyže. Vše bylo objednáno a zapláceno. Jakmile jsme přijeli na místo, volali jsme majitelce chalupy a požádali o klíče. Ale přišlo nemilé překvapení. Nic jsme nedostali. Paní nám řekla, že její kůň potřebuje nutně pomoci a odjíždí s ním k veterináři a že nás teď ubytovat nemůže. Na nic jsme nečekali a šli jsme do blízké restaurace poohlédnout se po jiném ubytování. Vyřešili jsme to skvěle. Našli jsme si apartmán KORZO LIPNO. Moc se nám v apartmánu líbilo. A to natolik, že letos se tam opět vracíme. Už se moc těším. **Autor textu: Kristýna Záluská, foto: Mgr. H. Koudelková**

N	O	V	Y		Z	É	L	A	N	D							
Ř	E	C	K	O													
S	E	V	E	R	N	Í		M	A	K	E	D	O	N	I	E	
Š	P	A	N	Ě	L	S	K	O									
P	O	L	S	K	O												
I	T	Á	L	I	E												
S	L	O	V	I	N	S	K	O									

Řešení: ZEMĚPIS

				4↓													
				P													
			3↓	4.Á	5↓												
	1→	S	E	6.N	O												
2→	Ú	L			1.S												
7→	3.R	Ů	Ž	E	T												
		N			R												
6→	2.P	7.Ě	N	A	A												
					5.V												
					A												

Řešení: SPRÁVNĚ

1				T	E	N	I	S									
2			T	Ě	L	O	C	V	I	Č	N	A					
3			F	L	O	R	B	A	L								
4				O	B	R	U	Č									
5				C	V	I	K	Y									
6				V	Y	B	Í	J	E	N	Á						
7		Š	V	I	H	A	D	L	O								
8				K	O	Š											

Řešení: TĚLOCVIK

LYŽAŘ

Karel byl desetiletý kluk. Měl rád nejrůznější sporty, například fotbal, ale lyžování mu vždy trochu nahánělo strach. Ještě nikdy žádnou sjezdovku nesjel. V zimě byl opět s rodiči na chatě. Když se podíval z okna, krajina byla zasněžená. Druhý den šli na lyže. Byli nahoře na sjezdovce a Karel se začal bát. Mamka ho přemlouvala, aby to sjel. Po chvílce Karel viděl tu sjezdovku sjet malé, asi čtyřleté, dítě. Karel se zastyděl a sjel to také. A pak už jezdili a trénovali celé tři hodiny a Karlovi se jízda na lyžích konečně zalíbila. Chtěl jít i druhý den. Do rána napadl asi metr sněhu. Ráno při snídani Karel z okna viděl traktor, jak odhrnuje sníh. Karla tak bavilo dívat se na traktor, že se ani nenasnídal. Pak šli na lyže a Karel dostal hlad. Tak šli do stánku a mamka Karlovi koupila párek v rohlíku. Když dolyžovali, šli na chatu usušit si věci. Večer hráli Člověče, nezlob se. Další den jeli domů. Cestou domů se zastavili v restauraci na oběd. Karel si dal svíčkovou, táta řízek s hranolkami a mamka roštěnou s rýží. A všichni byli spokojeni, jak Karel už krásně lyžuje a jak se jim celá dovolená skvěle vydařila. Autor textu: Matěj Beneš, foto: Mgr. Hana Koudelková

SILVESTROVSKÝ HON

Byla noc, pět minut před půlnocí. Na nebi ani mráček a měsíc krásně svítil. Sousedův kocour Kofí seděl na sloupu u plotu. Věděl, že teta otevře okno, aby vyvětrala, a on dostane kočičí pamlskek. Minutu před půlnocí jsme šli na zahradu a nalili všem limonádu. Odpočítávali jsme půlnoc: „5, 4, 3, 2, 1 ... Šťastný nový rok!“ Popřáli jsme si a vypili limonádu. Potom jsme pozorovali ohňostroj. Kofí se krčil u dveří. Báł se. Když na poli před zahradou sousedé také začali odpalovat

ohňostroje, vešla jsem dovnitř. Jenže když jsem otevřela dveře, Kofí to nevydržel a vběhl do domu. Vyběhl po schodech do druhého patra a já za ním.



Našla jsem ho u nás v pokoji pod stolem. Zřejmě se báł mého telefonu, který cinkal, protože mi všichni psali blahopřání do nového roku. Chtěla jsem jim odpovědět, ale nejdřív jsem musela chytit Kofího. Přiblížila jsem se k němu a on utekl do koupelny. Táta, který si v koupelně čistil zuby, ho začal také chytat. Kofí skočil do umyvadla a nechtěl odtud vylézt. Taťka to vyřešil tak, že na Kofího pustil vodu. Kofí se sice vody nebál, ale neměl rád mokřý kožíšek. Najednou Kofí ucítil vůni guláše, který jsme měli k večeři a seběhl do kuchyně. Vyskočil na stůl a málem guláš převrhl. Teta ho okamžitě vyhnala. Uviděla jsem na zemi cestičku z pamlsků vedoucí ven, na jejím konci sestra dodávala posledních pár kousků. Kofí si jich také všiml a

okamžitě je všechny snědl. Konečně byl venku. Ohňostroje ještě neutichly, Kofí zalezl do hustého keře. Když byl klid, Kofí se opět uvelebil na svém oblíbeném sloupu a my jsme šli spát. Než jsem si lehla, koukla jsem ještě z okna na Kofiho a v duchu jsem si řekla, že příště budu dávat větší pozor. **Autor textu: Eliška Benháková**

Dokončení příběhu:

KOČIČKA LÍZA

Dnes dopoledne byla Alice doma úplně sama. Rodiče odjeli na nákup a dům ztichl, jen hodiny na zdi tiše tikaly. Alice si zrovna četla v obýváku, když se náhle ozval zvonek. Za dveřmi stál pošťák. V rukou držel proutěný košík, pečlivě přikrytý látkou, jako by ukrýval nějaké tajemství. „Tohle je přímo pro tebe, Alice,“ řekl s úsměvem. Když Alice látku opatrně nadzvedla, čekalo ji překvapení, na které nikdy nezapomene – v košíku je schoulené a tiše mňoukající koťátko, malá kočička s lesklýma očima.

Alice byla moc šťastná. Vždycky si přála živé zvířátko. Když přišli rodiče domů, byli také moc překvapení. Ptali se Alice, kde kočičku vzala. Alice jim vypravovala, jak to bylo, a rodiče se domluvili, že si kotě mohou nechat. Alice vymyslela jméno Líza. Kočička byla moc zvědavá, jestli nebydlí ve vedlejších bytech nějaká další kočička. Jednou byla Líza sama doma a uviděla, že rodiče zapoměli zavřít okno nad jejich postelí. Koťátko vyskočilo ven a bylo na zahrádce. Podařilo se mu dostat na chodbu. Na chodbě bylo ticho. Líza se rozhlédla kolem sebe. Uviděla v přízemí dveře od jejich bytu. Řekla si, že počká, až někdo vyjde z jiných dveří. Dlouho nikdo nechodil. Pak se otevřely dveře, někdo vyšel ven a zapomněl zavřít. Kočička

opatrně šťouchla do dveří a šla do jiného bytu. V bytě bylo hodně hraček, a tak si myslela, že by tam mohla být jiná kočička. Líza si začala hrát s malým míčkem. Vtom uslyšela štěkání. Rychle běžela ke dveřím. Pesek běžel za ní. Kočička vyběhla na chodbu, na zahrádku, vyskočila na okno, kam pesek nemohl. Kočička se vrátila domů a s Alicí zažila spoustu dalších dobrodružství. [Autor textu: Jan Šulista](#)



PODRUHÉ NA NÁVŠTĚVĚ VE ŠKOLNÍ JÍDELNĚ

Rozhovor s **Markétou Jináčkovou**

vedoucí školní jídelny

Co Vás k tomuto povolání přivedlo?

Už jako malé dítě jsem ráda pomáhala tvořit v kuchyni různé speciality a zároveň mě bavilo starat se o návštěvy, o hosty.

Jak dlouho se tomuto povolání věnujete a jak dlouho vaříte u nás ve škole?

Vystudovala jsem Střední hotelovou školu, bavila mě práce v restauraci, ale nikdy jsem nechtěla pracovat v kuchyni. Prošla jsem různá povolání a nakonec jsem zakotvila v kuchyni, kde mě práce baví a naplňuje a jsem tu něco málo přes rok.

Co Vás nejvíce baví na této práci?

Když jsou všichni strážníci spokojení, i když to úplně vždy nejde, protože každý má jiné chutě a jiné názory na pokrm.

Co nejraději ve školní jídelně vaříte?

To, co mají všichni nejraději, rajskou, špagety, řízky, svíčkovou, sladké pokrmy, ale také třeba pizzu a různé omáčky na těstoviny.



Kterou polévku mají děti nejraději?

Na prvním místě je určitě rajská polévka, ale děti také ocení dýňovou i mrkvovou polévku.

Kolik obědů se přibližně uvaří na jeden den?

Přibližně 360 až 380 porcí, ale bohužel ne vždy přijdou všichni.

Jaké jídlo (ve školní jídelně) dá největší práci, jaké trvá nejdéle?

Tak jsou to některá sladká jídla, jako například vdolky, kynuté knedlíky, ale i lívance. Potom také plněné knedlíky uzeným masem nebo bramboráky, je to hlavně tím, že se se jich musí „uplácat“ hodně.

Které jídlo se vaří nejsnáze?

Nejsnáze se vaří různé směsi nebo zapečené pokrmy.

Kolik kg brambor se přibližně spotřebuje během jednoho roku?

Za jeden týden se v průměru uvaří 100 kg, tak si spočítejte, kolik je to za školní rok.



Jaké jídlo Vám nejvíce chutná – jaké máte nejraději?

Vše, co nemusím vařit.

Máte ráda exotická jídla, jídla z jiných zemí?

Exotická jídla nevyhledávám, ale mám ráda italskou kuchyni, nejlépe když si ji můžu vychutnat rovnou v dané zemi, pizzu bych mohla jíst každý den.

Jaká je Vaše nejoblíbenější restaurace?

Je to restaurace Brio, kde mě vždy mile překvapí hodně zajímavým gastronomickým zážitkem.

Zjistili jsme, že Vaším koníčkem je otužování.

Ano, je to pro mě skvělý relax, když se ponořím do ledové řeky a nechám vše odplout, jsem pak plná energie a dobré nálady.

Jak dlouho se otužování věnujete?

Otužuji se pět let, za tu dobu jsem nebyla nemocná, jen s výjimkou, kdy jsem prochladla na kole.

Jaké je Vaše oblíbené místo a proč?

Scházíme se s partičkou Otužilců v neděli ráno u řeky Malše u „Maláku“ nebo u řeky Vltavy U Lučního jezu. Mám ráda obě řeky. Musím říct, že o malinko raději Vltavu, je průzračně čistá, kolem nás plavou ryby a je prostě skvělá.

Jaká je vhodná teplota vody při otužování?

Nejde o vhodnou teplotu, ale o to, jak postupovat. S otužováním by se mělo začít v létě, to ještě není otužování, ale mělo by se chodit pravidelně alespoň jednou týdně a postupně přejít do podzimu, kdy teplota vody klesá a tělo si zvyká na snižování teploty. A právě o tom to je, vydržet! A není důležité, jak tam člověk dlouho vydrží, to si řídí podle sebe, jak to cítí, ale musí tam být ta pravidelnost!

Máte s otužováním spojený nějaký zajímavý zážitek nebo příhodu?

Hodně silný zážitek byl, když jsem se ponořila do řeky, která byla na nule, pak jsem se vyválela ve sněhu a v -15°C se měla oblékat. To už byla pro mě taková hranice.

Máte nějaké rady pro ty, kteří by se chtěli otužování více věnovat? Jsou nějaká pravidla?

Hlavní je, aby člověk poslouchal vlastní tělo a podle toho se řídil a nechtěl dodržovat nějaké limity. Protože tělo si opravdu řekne, jak to cítí. Vhodná je i studená sprcha po ránu, ta mi dala zabrat víc než řeka.

Máte domácí zvířátko?

Mám fenku chodského psa Cassie, je to můj velký psí kamarád a ocásek. Je starší, takže chodíme už jen na kratší procházky. Ale mám ještě jednoho psího kamaráda, flat jacka, ten sice u nás nebydlí, ale často si ho беру na velké výšlapy. Zdoláváme spolu Kleť, rádi chodíme okolo Dívčího kamene a také máme svá místa u řeky směrem na Hlubokou.

Máte oblíbené místo v České republice?

Ano, mám. Je to Římov, tedy louka a řeka pod římovskou přehradou. Teče tam nádherná ledová voda řeky Malše a v létě, kdykoli můžu, trávím volný čas tam.



Náš kuchařský tým bude rád za
zpětnou vazbu od strážníků.

Na připomínky a nápady bude
připravena krabička u východu
z jídelny.

Děkujeme za odpovědi.

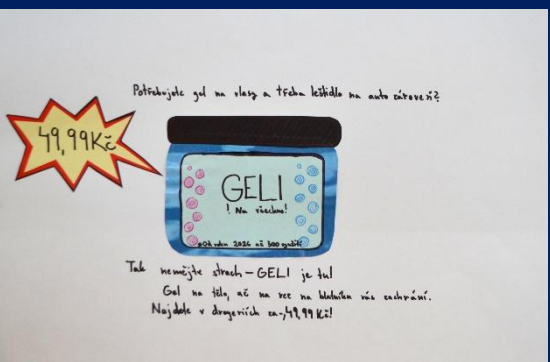
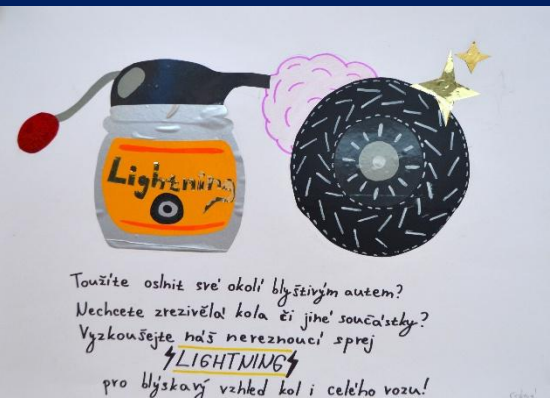
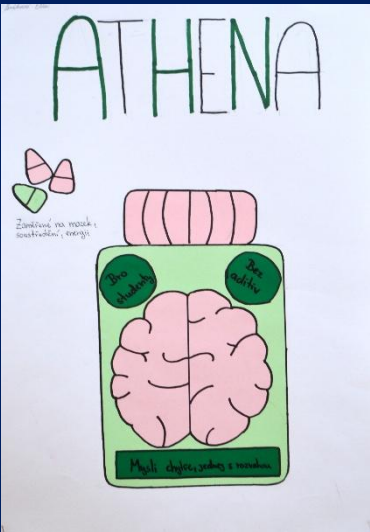
Žáci 5.B



Školní podmořský svět vznikl ve spolupráci několika tříd:

- 6.A – ryby
- 7.A – ryby, chobotnice, hvězdice
- 7.B – mořské želvy
- 8.B – korály
- 9.A – rejnoci a kladivoun
- 9.B – útes pro korály





9.A – návrh na autorský obalový design