

## ŽIVILA Z VEČ VITAMINI IN MINERALI (U str. 46)

**NAVODILO:** Prepišite spodnji tekst v zvezek. V šoli smo že zapisali zgornji naslov, govorili smo o sadju, ki je prav tako kot zelenjava, živilo z več vitamini in minerali.

Sedaj pa boste v zvezke zapisali še vse o zelenjavi. Ko boste zapisali vrsto zelenjave npr. LISTNATA ZELENJAVA si poleg zapisa **narišite** vsaj dve zelenjavi ki spadata v to vrsto. Na koncu imate nalogo, da si v lonček posadite zrno fižola ali graha in ga postavite na okensko police, kjer je dovolj svetlobe. Opazujte rast. Navodila za izvedbo imate v dokumentu navodila za sajenje.

Uspešno delo.

### ZELENJAVA

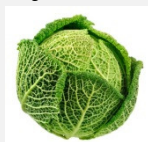
Zelenjava so plodovi in drugi užitni deli rastline, s katerimi se prehranjujemo. Z njo dobimo v svoje telo vitamine, mineralne snovi, prehranske vlaknine in vodo.

#### **Glede na del rastline, ki ga uživamo, zelenjavo delimo v več skupin:**

- **Listnata zelenjava** → zelena solata, špinača, blitva, motovilec, rukola, radič

-

- **Kapusnice** → zelje, ohrovt, cvetača, brokoli, brstični ohrovt



ohrovt



brstični ohrovt



brokoli

- **Korenovke** → korenje, rdeča pesa, redkvice, koleraba, peteršilj, redkev, zelena, pastinak (belo korenje)

-

- **Plodovke** → paradižnik, paprika, jajčevci, kumare, buče, feferon, čili

-

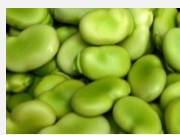
- **Stročnice** → fižol, grah, leča, soja, bob, čičerika



leča



soja



bob



čičerika

- **Gomoljnice** → krompir

- **Čebulnice** → čebula, česen, por, čemaž, drobnjak, šalotka



**Učenci posadite seme zelenjavne rastline (npr. fižol ali grah če ga imete doma)**

Navodila za sajenje rastline imate v priponki - NAVODILA ZA SAJENJE

