

STOLOVÁNÍ – 23. 4. 2020



U PROSTŘENÉHO A OZDOBENÉHO STOLU SE CHOVÁME TIŠE (POVÍDÁME SI JEN MÁLO, NEKŘIČÍME, NEDOHADUJEME SE).

Necinkáme příbory a sklenkami. Používáme ubrousek (před pitím, po jídle). Pomůžeme s úklidem.

U stolu sedíme vzpříma, obě ruce jsou v místech za zápěstím opěry o desku stolu, lokty těsně u trupu, nikoli zešíroka. Před započítím jídla si položíme na klín vpůli přeložený ubrousek. Není vhodné jej zasunovat za límec.

Jíme nehlukně, bez mlaskání a cinkání příbory, polévku nesrkáme. Do úst vkládáme malá sousta a další sousto vkládáme do úst až po spolknutí prvního. Nemluvíme s plnými ústy. Jídla si dáme na talíř tolik, kolik sníme. Není slušné nechávat zbytky. Chutná-li nám jídlo, požádáme o přídavek. Dnešní hostitelka zbytečně nepobízí a do jídla nenutí. Požádá-li host o přídavek, je tím polichocena. K dobrému stolování patří in klidná pohoda, proto jíme raději bez mnohde tak zbytečné zvukové kulisy. U rodinného stolu nevyřizujeme rodinné spory, ani nekáráme děti pro zanedbání některých povinností. Neopomineme jim ale vytknout chyby stolování. Je samozřejmé, že rodiče jsou dětem příkladem. Otec nemůže při číst noviny, nebo svému výkladu dodávat zvláštní důraz šermováním příborem. Nebude si z dlouhé chvíle hrát s párátky nebo si jimi čistit nehty, protože by se mohlo stát, že totéž udělá jeho dítě jednou v restauraci. Děti mají sklon k napodobování, toho si musí být rodiče vědomi.

Domácí úkol:

1. *text modře napsaný si opiš do sešitu*
2. *text v rámečku si důkladně přečti a zamysli se, zda se takto také u vás doma stravujete a chováte při jídle?*
3. *Napiš si do sešitu nebo nalep recept nějaké zdravé pomazánky, kterou umíš připravit, pokud neumíš- porad' se s maminkou a nějakou se nauč*

nachystat pro vaši rodinu.

