

Międzynarodowy Dzień Szpinaku

26go marca Uczestnicy Środowiskowego Domu Samopomocy w Nowym Żmigrodzie obchodzili nietypowe święto – Międzynarodowy Dzień Szpinaku.

W dniu 26.03.2024 r. Uczestnicy Środowiskowego Domu Samopomocy w Nowym Żmigrodzie obchodzili nietypowe święto – Międzynarodowy Dzień Szpinaku. Podobno szpinak można kochać lub go nie znosić, ale nie da się zaprzeczyć, że jest on bogatym źródłem wartości odżywczych, z żelazem na czele. Nasi Uczestnicy nie są zwolennikami szpinaku, ale Pani Beata wraz z grupą Uczestników, biorących udział w treningu kulinarnym, sprytnie potrafią przemycić szpinak w pysznych potrawach :) W dniu dzisiejszym w kuchni terapeutycznej króluje szpinak w zapiekance makaronowej z kurczakiem. Smacznego! :)