

Кулинарная книга «Любимые рецепты 3-Б класса»

Рисовая каша с изюмом от Беляевой Полины.

Понадобится: 100 граммов риса, 240 мл молока, 40 граммов изюма, вода, соль, сахар – по вкусу.

Сварить рисовую кашу на молоке с водой. За 5 минут до окончания варки засыпать промытый изюм. Варить до готовности. Ну очень вкусная каша!



Фруктовый салат от Рахимовой Ангелины.

Понадобится: 3 киви, 5 маленьких мандаринов, 3 банана, 2 лайма, 4 веточки мяты, 4 ч.л. жидкого мёда, 2 стаканчика йогурта, 100 г орешков для подачи.

Фрукты нарезать одинаковыми небольшими кусочками, сложить в салатник, залить заправкой из йогурта с мёдом, посыпать орешками.

Приятного аппетита!



Тосты с авокадо и лососем от Гориной Ульяны.

Понадобится: 2 кусочка хлеба для тостов, 1 авокадо, 100 г лосося, 50 г сливочного сыра, 1/4 стак. сливок, 2 стл. оливкового масла, 2 стл. лимонного сока, 1 зубчик чеснока, соль и перец по вкусу.

Хлеб поджарить. Из сливок, масла, лимонного сока, чеснока, авокадо и сливочного сыра сделать крем. Намазать тост кремом, сверху положить кусочек лосося.

Вкуснейший тост готов!



Фаршированные яблоки от Старчикова Марка.

Понадобится: 5 яблок, 4 стл. сахара, 2 стл. изюма, полстакана кураги, 2 стл. сахарной пудры.

Изюм и курагу промыть и замочить на 1 час. Потом отжать воду и курагу мелко нарезать. Все смешать с сахаром. У вымытых яблок срезать верхушку на 1,5 см и вырезать сердцевину. Углубление заполнить смесью кураги и изюма. Накрывать яблоки срезанными верхушками, поставить в разогретую духовку на полчаса. Запечённые яблоки посыпать сахарной пудрой и подавать горячими.

Пальчики оближешь!

Клубнично-банановый смузи с йогуртом от Грачёва Артёма.

Понадобится: 2 банана, 300 г йогурта, 200 г клубники, 2 стл. мёда, 2 стл. овсяных хлопьев, лёд по вкусу.

В чашу блендера положить бананы, немного размять, добавить клубнику, хлопья, йогурт и мёд. Взбиваем всё до однородной массы. В бокалы кладём кубики льда и разливаем напиток. При подаче можно посыпать овсяными хлопьями.

Это очень вкусно и полезно!

Творожная запеканка от Олой Леры.

Понадобится: 1 кг творога, 3 яйца, 50 г манной крупы, 100 г сметаны, соль, сахар, ванилин по вкусу.

Все ингредиенты загрузить в блендер и взбить до однородной массы. Переложить в блюдо для запекания, смазанное сливочным маслом, и поставить в разогретую до 180 градусов духовку на 45 минут. Подавать блюдо надо тёплым. Можно со сметной или вареньем.

Наслаждайтесь!

Весенний салат от Кубиковой Аниты.

Понадобится: редис, огурцы, листья салата, варёное яйцо, укроп, петрушка, долька лимона, соль и перец.

Нарезать все ингредиенты, зелень мелко порубить, добавить соль, перец, и выдавить сок дольки лимона.

Почувствуйте вкус весны!

Корейский салат с крабовыми палочками от Морозова Ярослава.

Понадобится: 0,5 кг моркови по-корейски, 1 пачка крабовых палочек, 2 варёных яйца, 1 пачка плавленого сырка, майонез по желанию.

Сыр и яйца натираем на тёрке, крабовые палочки нарезаем соломкой, выкладываем всё в глубокую миску, добавляем по желанию майонез, тщательно перемешиваем. Подаём в охлаждённом виде.

Язык можно проглотить!

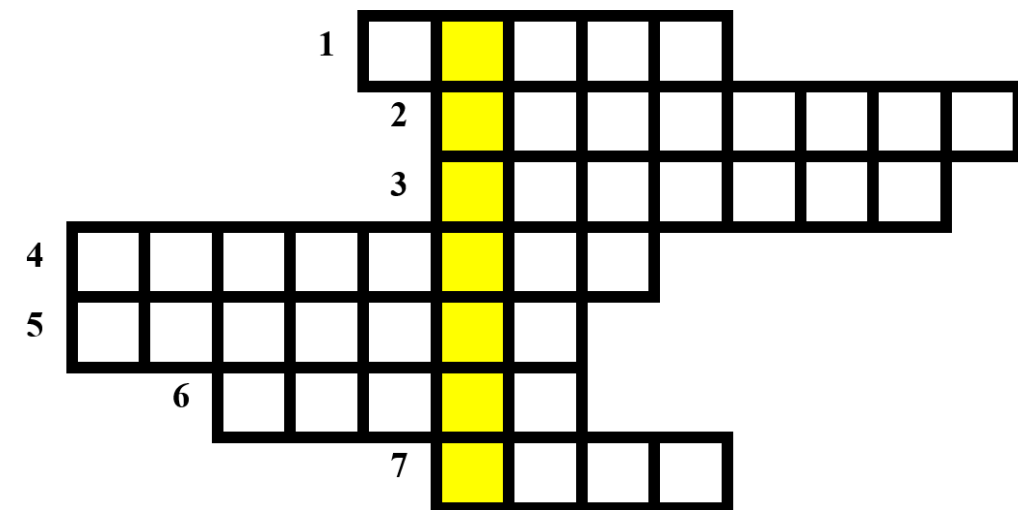
ПОПРОБУЙ САМ!

Интеллектуальная страничка. Внимание! Конкурс!

Кто разгадает слово по вертикали и сообщит его Советнику Президента Ярославу Морозову десятым по счёту человеком, тот получит приз от «Журавлика».

загадки к кроссворду:

- По цвету – снег, по вкусу – мёд. Во рту он тает, будто лёд.
- Очень на торт похоже, Из крема и орехов тоже. Так и просится к нам в рот. Но оно совсем не торт.
- К чаю нам дают варенье И хрустящее ...
- Очень любят дети Холодок в пакете. Холодок, холодок, Дай лизнуть тебя разок.
- Вкусненькое я куплю, Очень сладкое люблю. Я потратил все монеты И купил себе ...
- Росли в скорлупках, выросли, Из куста вылезли, По рукам прокатились, На зубах очутились.
- В духовке испечённый, Кремом начинённый, Орехами приправленный, Свечками уставленный. Если праздник на дворе, Он всегда на столе.



Чайнворд для настоящих геймеров.

Запиши последовательно все ответы на вопросы. Учти, что последняя буква предыдущего слова является первой буквой нового слова.

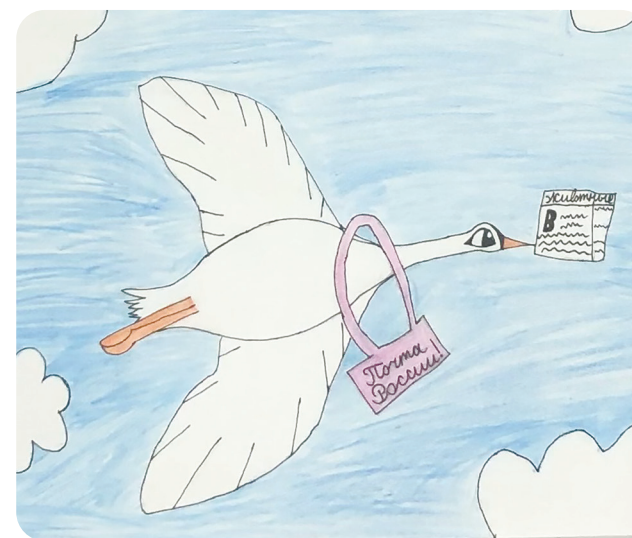
Пятый человек, который покажет правильно решённый чайнворд Президенту класса Серёже Стародубову, получает приз от «Журавлика».



ЖЕЛАЕМ УДАЧИ!

Задания к чайнворду.

- Она бывает настольная, компьютерная, спортивная.
- Пробная версия компьютерной игры.
- Он играет роль в театре или в кино.
- Состязание для рыцарей, а сейчас для игроков.
- Лучшее достижение в игре, в спорте.
- Пульт управления игровой приставкой.
- Любимое место киберспортсмена.
- Игровой парк.
- Человек, помешанный на играх.
- Имя, псевдоним игрока.
- Одна тысяча байт.
- Самая популярная игра о машинках.



ЖУРАВЛИК

Дорогие наши читатели!

Мы – Клуб юных журналистов – рады представить вашему вниманию наш первый и, надеемся, не последний номер газеты «Журавлик». Будем рады, если он вам понравится. Мы приложили для этого максимум усилий.

Не бойтесь совершать ошибки

Директор ГБОУ Школа № 618 Макарова Ольга Евгеньевна дала интервью начинающим журналистам из команды КЮЖ – «Клуб юного журналиста»



Ольга Евгеньевна

Ольга Евгеньевна, Вам нравилось в своё время учиться в школе?

Школу я окончила с серебряной медалью. У меня в аттестате была единственная четвёрка по русскому языку, остальные были пятёрки. Учиться мне было легко и очень интересно. У нас в школе была пионерская организация. Пионеры-отличники оказывали шефскую помощь двоечникам. Вот ты сидишь, объясняешь, объясняешь, сам всё выучил не по одному разу, ещё и двоечника научил.

Можете вспомнить какой-нибудь смешной случай, связанный с Вашей работой?

Я преподавала физику и была классным руководителем 10-го класса. В то время свои кабинеты дети убирали сами. Но десятиклассники не хотели убирать кабинет. Я несколько раз просила их убраться... В результате на каникулах я сама убрала класс, очень рассердилась и стала думать, как же мне мотивировать детей. И я написала стихотворение о том, как я отношусь к тому, что они не убирают класс. И повесила стихотворение на школьный стенд. Когда после каникул дети вышли на учёбу, они прочитали моё стихотворение и ответили на него своим сти-

хотворением. И тоже повесили его на стенд. Кабинет они начали убирать. И в течение двух недель мы так стихами и переписывались. Вся школа ходила и читала на стенде: что думает каждый из нас о процессе выстраивания наших отношений.

А с какими трудностями Вам ежедневно приходится сталкиваться в процессе работы сейчас?

Самая большая трудность в работе современного директора школы – это многозадачность. Есть такая картинка, когда сидит человек, а у него куча рук, и каждая занимается определённым делом. Вот и я нахожусь в таком же состоянии. Ко мне приходят учителя с вопросами относительно учеников. Ко мне приходят родители. Параллельно я занимаюсь административными вопросами, хозяйственными вопросами, финансовыми вопросами и так далее. Поэтому многозадачность – это самая большая трудность, которая существует в моей работе. На мой взгляд, современный мир к этому должен готовиться и нас.

Вы никогда не будете заниматься только одним делом: вы будете постоянно что-то менять, постоянно будете меняться сами.



Рис.1

Ольга Евгеньевна, как Вы отметили этот Новый год?

Для меня Новый год – это семейный праздник, поэтому я отмечая его с семьёй: с родителями, со своей семьёй, с семьёй брата. Мы отмечаем праздник дома, за большим столом. А потом идём гулять по городу, встречаемся с друзьями. У нас есть семейная традиция – 1 января мы всей семьёй в 10 часов утра идём в

кинотеатр на просмотр какого-нибудь фильма. В прошлом году это был фильм «Чебурашка», мы получили большое удовольствие. В этом году мы ходили на «Холопа».

Ольга Евгеньевна, в какой стране Вы хотели бы жить? И почему?

Я люблю путешествовать. Когда была возможность поехать, посмотрела на разные страны. И я чётко понимаю, что Россия для меня – самая любимая страна, в которой, во-первых, есть очень много возможностей для жизни, для развития, для самоопределения. Во-вторых, Россия – огромная страна.

Мы много, где побывали и ещё побываем. И куда бы мы ни приехали, везде видели радушие, доброжелательность, вне зависимости от того, какой ты национальности, кто рядом с тобой. Вот этим Россия хороша. Можно съездить, посмотреть, как живут в других странах, это интересно. Но когда ты приезжаешь обратно, то понимаешь, что ты ДОМА.

Что бы Вы пожелали или посоветовали своим ученикам?

Я желаю вам, во-первых, учиться, то есть максимально брать всё из того, что вам дают на уроках, во внеурочной деятельности, на экскурсиях и так далее. Нужно сейчас, пока вы растёте и развиваетесь, брать отовсюду всё. Второе. Я бы посоветовала вам как можно больше пробовать себя в разном: петь, танцевать, кататься на лыжах, играть в футбол, то есть пробовать себя в разных направлениях. Никогда не знаешь, где найдётся то, что поможет вам в дальнейшем «выстрелить», стать лучше, открыть перспективы для вашей жизни. И третье. Самое важное. Не бойтесь ошибаться.

Мы всегда боимся ошибок. Хотя наши ошибки – это возможность расти дальше. Если вы ошиблись, то надо понять, в чем была ошибка, по возможности исправить её, и тогда вы станете лучше, и сможете идти вперёд. Поэтому желаю быть успешными в этой жизни.

Наш первый репортаж Я прививки не боюсь!



На фото ученик 3 «Б» класса ГБОУ Школы № 618 сегодня поставили прививку от гриппа.

Ученики 3 «Б» класса ГБОУ Школы № 618 сегодня поставили прививку от гриппа.

– Иван, было ли тебе страшно делать прививку?

– Немного боялся. Но было не больно.

– Как ты себя чувствуешь?

– Нормально. Ничего не болит.

Мы также обратились к медсестре Тамаре:

– Скажите, пожалуйста, нужно ли бояться прививок?

– Нет. Современные прививки безопасны.

– Что Вы можете сказать детям, которые боятся ставить прививку?

– Бояться прививок не стоит. Лучше один раз уколоться, нежели потом болеть.

Мы спросили координатора корпуса 428-а Светлану Викторовну:

– Сколько учеников в нашей школе сделали вакцинацию?

– У нас в корпусе на сегодняшний день обучаются 459 человек. Из них 105 учеников сделали прививку от гриппа. Делать прививку в школе очень удобно. Во-первых, это бесплатно. А во-вторых, не надо специально ходить в поликлинику.

Показателен случай ученика 3 «Б» класса Костогловова Ивана, который сумел убедить маму разрешить ему сделать прививку. Такой самостоятельный парень, просто молодец!

Ребята, не бойтесь прививок от гриппа.

Они помогут вам не заболеть!

