

ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΔΕΚΑΤΙΑΝΟΥ

της ομάδας «Ταπερίστας» του Αρσακείου Γυμνασίου Θεσσαλονίκης



«Power Balls»



Συστατικά:

Νιφάδες βρώμης, ολικής άλεσης (20 gr)

Ταχίνι (1 κουταλιά της σούπας)

Μέλι (1 κουταλάκι του γλυκού)

Αμύγδαλα (10 τεμάχια)

Σταφίδες (1 κουταλιά της σούπας)

Ινδοκάρυδο (1 κουταλάκι του γλυκού)

**Σταγόνες σοκολάτας, κουβερτούρα
(2 κουταλάκια του γλυκού)**



ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΟΥ ΒΙΩΣΙΜΟΥ ΔΕΚΑΤΙΑΝΟΥ

Συστατικά

Τοπικά	Νιφάδες βρώμης (ολικής άλεσης), «Αγρόκτημα Αντωνόπουλου», Δίλοφο Λάρισας Μέλι από πεύκο, «Σίθων», Νικήτη Χαλκιδικής Ταχίνι, «Μακεδονικό ταχίνι», Καλοχώρι Θεσσαλονίκης Αμύγδαλα, Κήπος – Βιοκαλλιέργεια Σταφίδες, προέλευση από Κόρινθο
Βιολογικά	Νιφάδες βρώμης ολικής άλεσης Αμύγδαλα
Μη επεξεργασμένα	Αμύγδαλα Σταφίδες (ελάχιστα)
Υγιεινά	Νιφάδες βρώμης (ολικής άλεσης) Μέλι από πεύκο Ταχίνι Αμύγδαλα

Η ποσότητα είναι αντίστοιχη των αναγκών	7 μπουκίτσες // ιδανικές για ένα πλήρες δεκατιανό γεύμα.	Τόπος δημιουργίας του δεκατιανού	Αρσάκειο Γυμνάσιο Θεσσαλονίκης
Μεταφορά & φύλαξη σε σκεύος πολλών χρήσεων	Η μεταφορά των υλικών για την παρασκευή του δεκατιανού έγινε σε γυάλινα βάζα. Οι βάσεις που βρίσκονται οι μπουκιές ενέργειας είναι χάρτινες.	Ημερομηνία δημιουργίας	23/03/2023