



# MIODOWA kolorowanka dla dzieci



Krajowe Zrzeszenie  
Producentów Rzepaku  
i Roślin Białkowych

#Fundusze Promocji

# CO W POLSCE POZYSKUJEMY OD PSZCZÓŁ?



## WSTĘP

Miód jest pyszny. Jest naturalnie słodki, ma świetny smak i aromat. Co więcej – ma też niebagatelne znaczenie prozdrowotne. To być może najlepsze co mamy, spośród naturalnej żywności nieprzetworzonej. Wiemy, że człowiek korzysta z pracy pszczół od dawien dawna. Odkryte w hiszpańskiej grocie malowidła naskalne przedstawiają ludzi wybierających miód z pszczelej barci już jakieś 12 tysięcy lat temu. Krzepiące działanie miodu znali starożytni. W Egipcie wizerunek pszczoły był atrybutem faraonów. Starożytni Grecy upatrywali w pszczołach bożych posłańców. O walorach miodu w swoich pismach wspominali między innymi matematyk Pitagoras, poeta Homer oraz historyk Pliniusz Starszy. Przede wszystkim zaś znał je i stosował Hipokrates, uważany za ojca medycyny. W naszym zakątku świata od wieków „miód szlachci pańskie stoły”, o czym pisał Jan Kochanowski. Od XII stulecia jest niezbędnym składnikiem słynnych toruńskich pierników. Zaś u progu epoki nowożytnej Rzeczpospolita była krajem dostawnie miodem płynącym. Literackim patronem miodu mógłby być z łatwością pan Onufry Zagłoba, który nawet w najcięższych terminach delectował się pitnym miodem kasztelańskim.

Dzisiaj o wiele więcej wiemy, czym jest miód i jakie wywołuje skutki w naszym organizmie. Jego najważniejszymi składnikami są cukry proste – glukoza i fruktoza, które tak skutecznie przetwarzamy na energię. Do tego kwasy organiczne, enzymy, olejki eteryczne, witaminy i mnóstwo mikroelementów. Panuje zgoda co do tego, że miód świetnie wzmacnia organizm. Uważa się, że regularne spożywanie miodu wpływa korzystnie na pracę serca, mózgu i układu nerwowego, a także wzmacnia odporność.

Nie podajemy miodu niemowlętom do ukończenia pierwszego roku życia. Natomiast już dzieci przedszkolne mogą i powinny stać się konsumentami miodu. Tym bardziej, że ich organizm znacznie lepiej i mocniej, niż organizm dorosłego, odczuwa dobroczynne efekty spożywania miodu i łatwiej pozyskuje z niego energię. Jeśli przyjmujemy, że miód ma właściwości antybakteryjne, to musimy wiedzieć, że równocześnie działa bakteriostatycznie, co oznacza wspomaganie korzystnej dla dziecka flory fizjologicznej.

Żeby zachęcić dziecko do jedzenia miodu, warto dodawać go do różnych, lubianych przez dziecko potraw. Dobrze smakuje w owsiance, z kaszką, mlekiem i jogurtami, także z owocowymi koktajlami typu smoothie. Można go tradycyjnie rozsmarować na grzance czy dodać do naleśników albo gofrów.

Warto zadbać, by miód, jaki chcemy podać dzieciom, pochodził z rodzimej, polskiej pasieki, co gwarantuje, że są w nim wszystkie cenne składniki odżywcze. W ich zachowaniu pomoże prawidłowe przechowywanie miodu w szczelnym słoiku, który postawimy w ciemnym i chłodnym miejscu.

**Juliusz Młodecki**

Prezes Krajowego Zrzeszenia Producentów Rzepaku i Roślin Białkowych

## O KZPRIRB

Jesteśmy jedyną ogólnopolską organizacją, współtworzoną przez producentów rolnych uprawiających rzepak, soję, groch oraz inne rośliny oleiste i białkowe, a także stanowiącą reprezentację krajowego łańcucha wytwórczego produktów rolnych. Organizujemy szkolenia, pola demonstracyjne oraz konferencje, na których promujemy i przekazujemy wiedzę z dziedziny uprawy i agrotechniki rzepaku, soi oraz roślin białkowych. Współpracujemy z krajowymi i międzynarodowymi organizacjami branżowymi reprezentując interesy producentów na arenie ponadnarodowej i rodzimej, a także m.in. z MRiRW, KOWR, Państwowymi Instytutami Badawczymi.

# OBEJRZYJ FILM EDUKACYJNY:

Zeskanuj kod i przenieś się w świat  
naszych małych bohaterów:



Tytuł publikacji: Miodowa kolorowanka dla dzieci

Koordinacja projektu: Ewelina Spłocharska

Publikacja powstała w ramach projektu realizowanego przez:

Krajowe Zrzeszenie Producentów Rzepaku i Roślin Białkowych



Projekt, skład oraz przygotowanie do druku: PRINTOMATO Magda Piotrowska-Kloc

Konsultacja merytoryczna: Fundacja Rozwoju Rolnictwa Terra Nostra

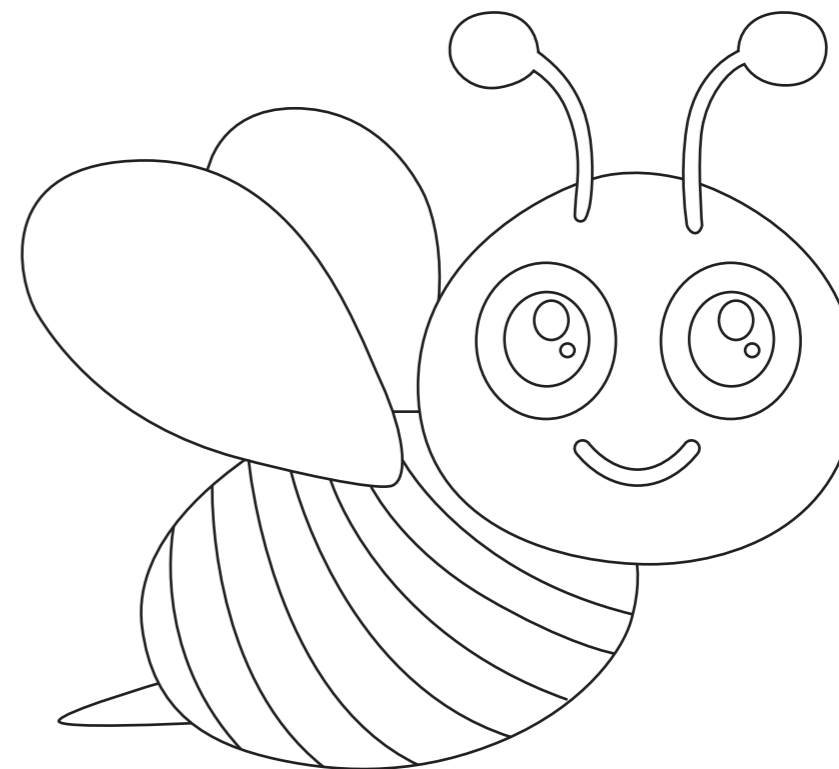


Druk: KRM DRUK

Rok wydania: 2023

ISBN: 978-83-939533-1-8

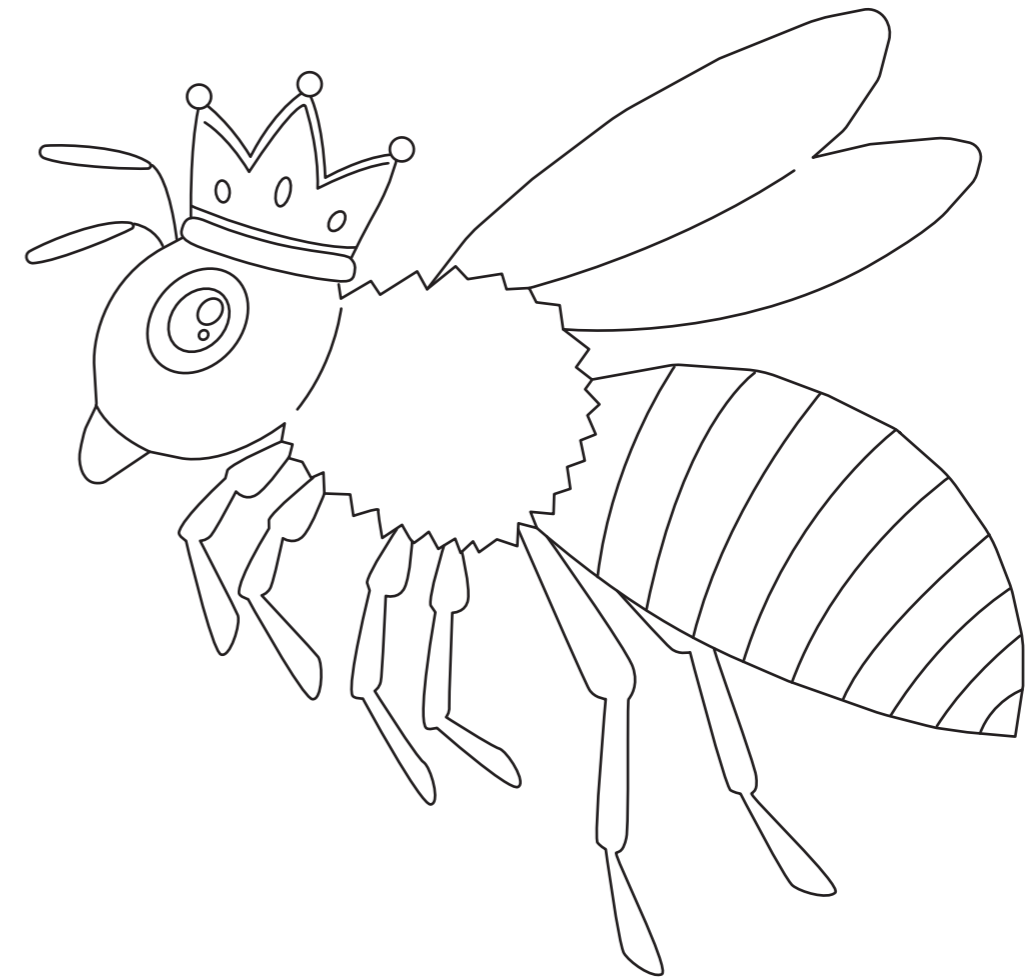
## Poznajcie pszczołkę Miodzinę



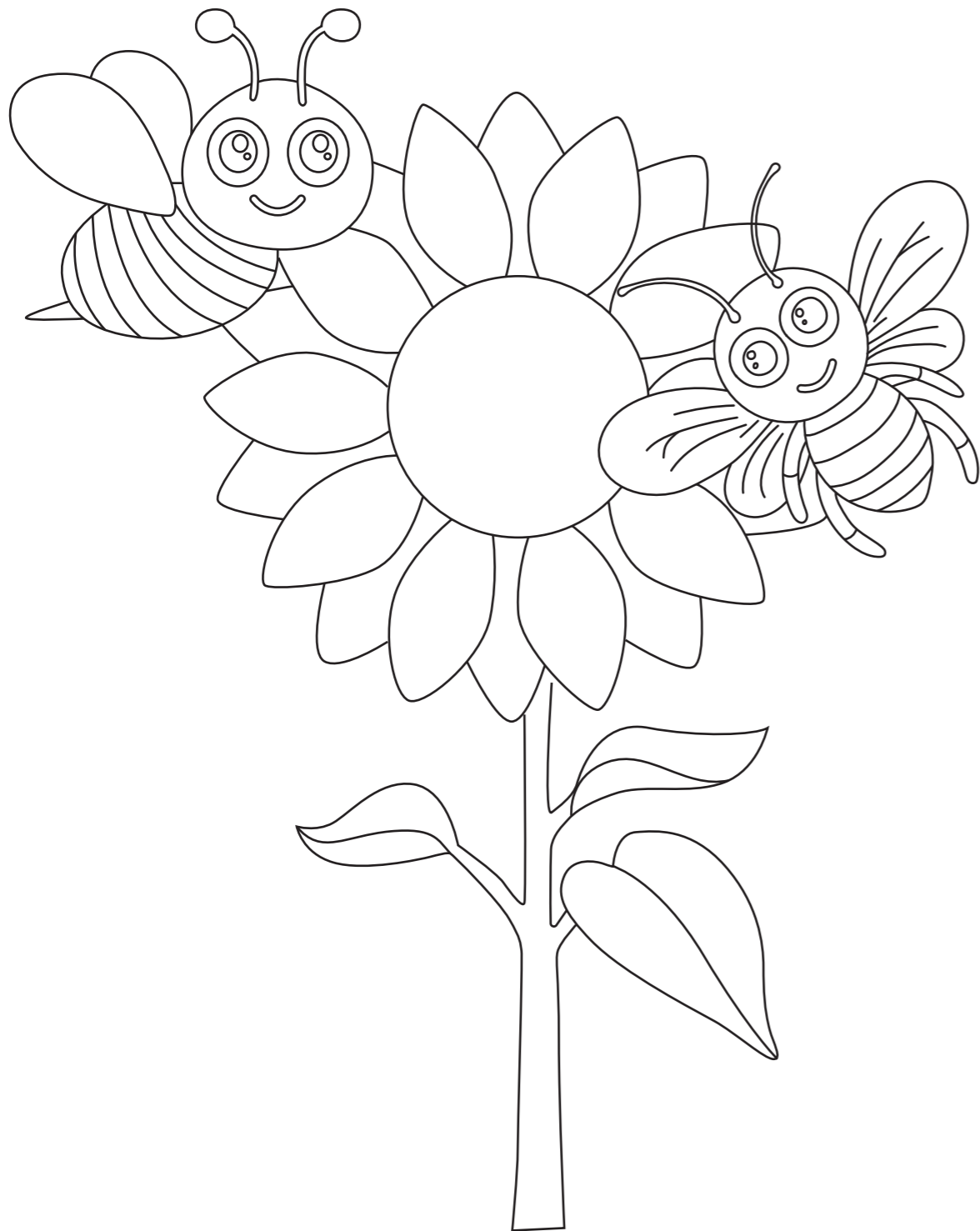
Miodzinka ma liczną rodzinę,  
która mieszka w ulu



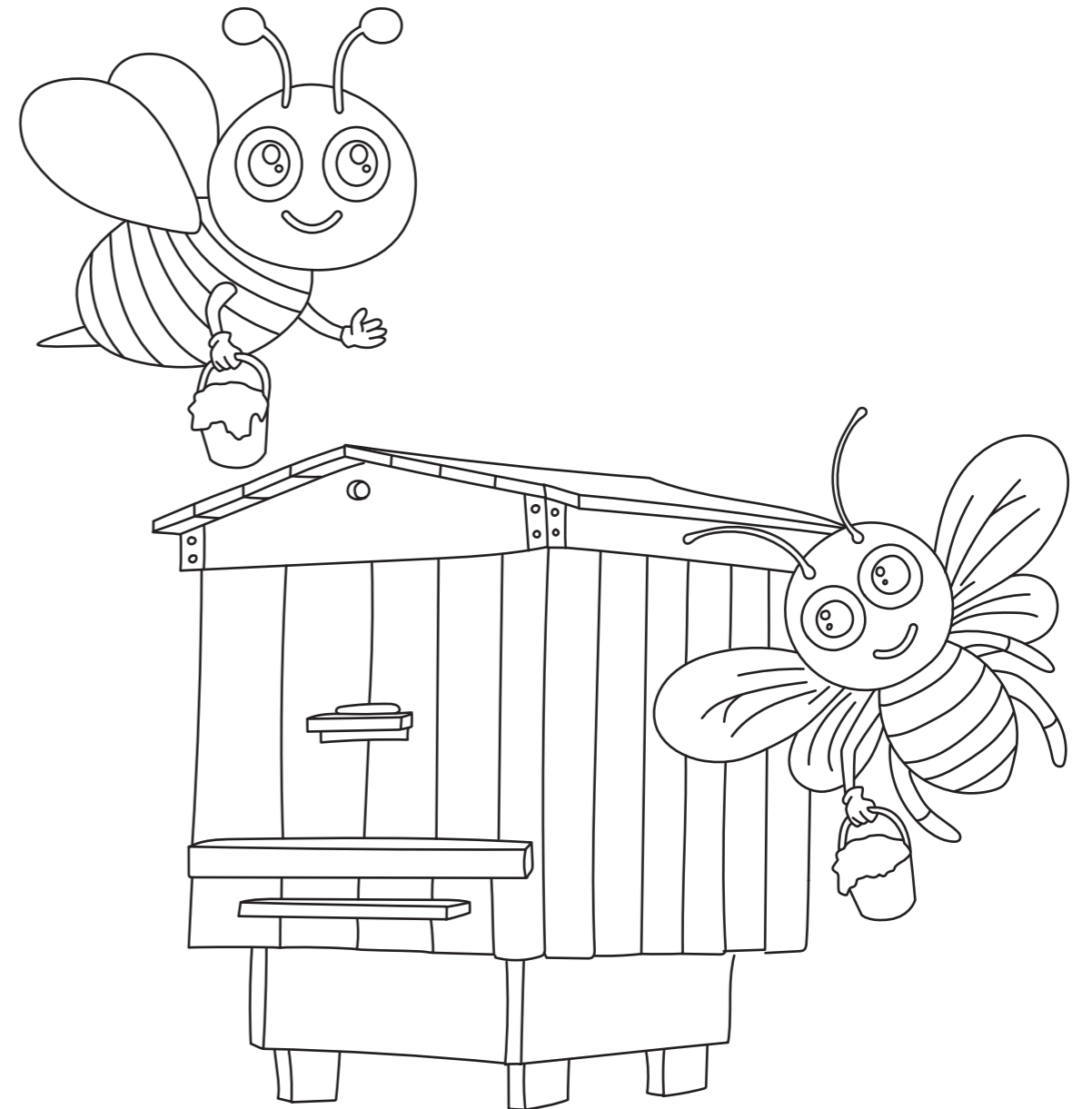
W każdym ulu jest królowa



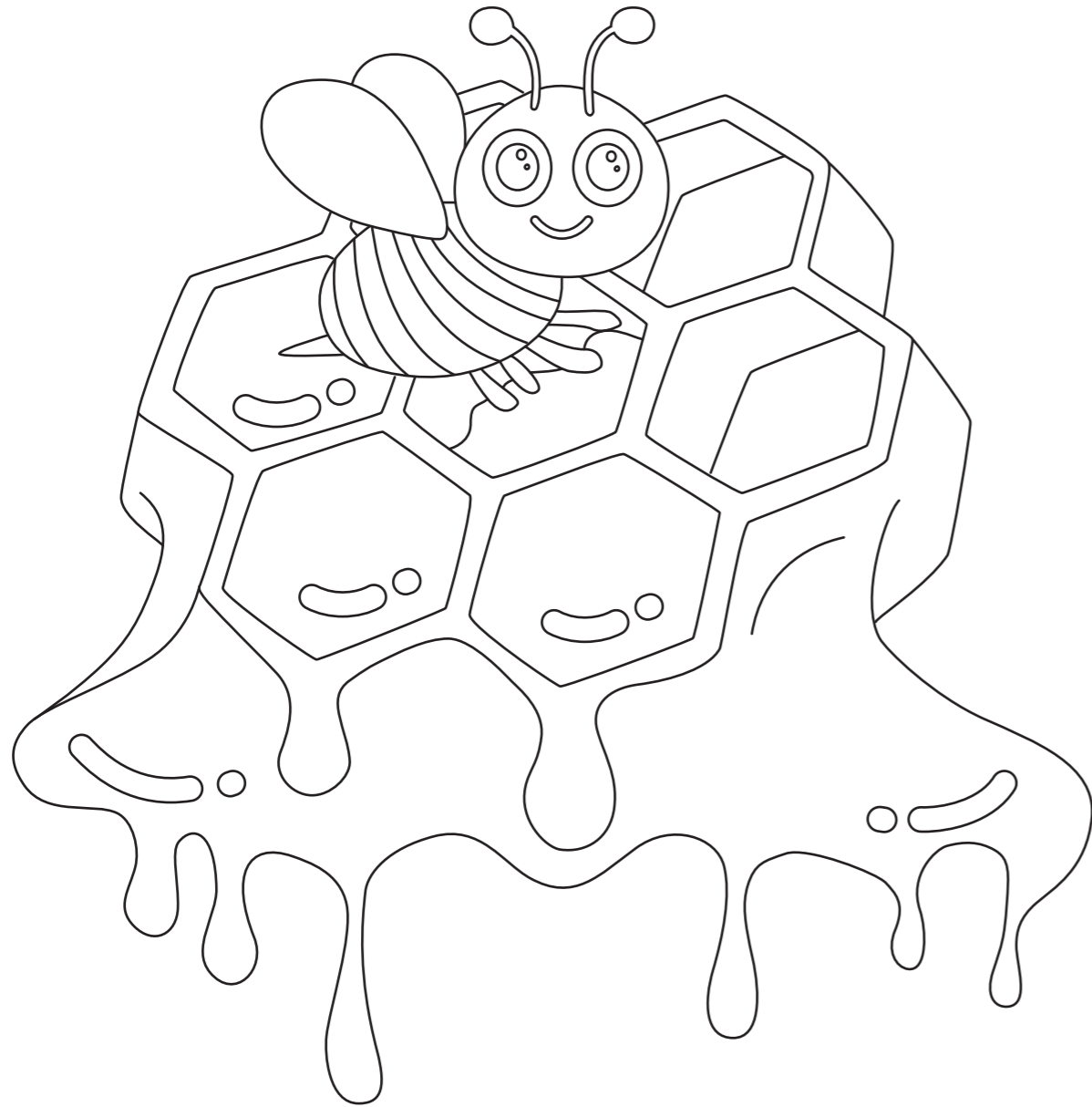
Miodzinka z koleżanką Miodką  
codziennie zbierają nektar z kwiatów



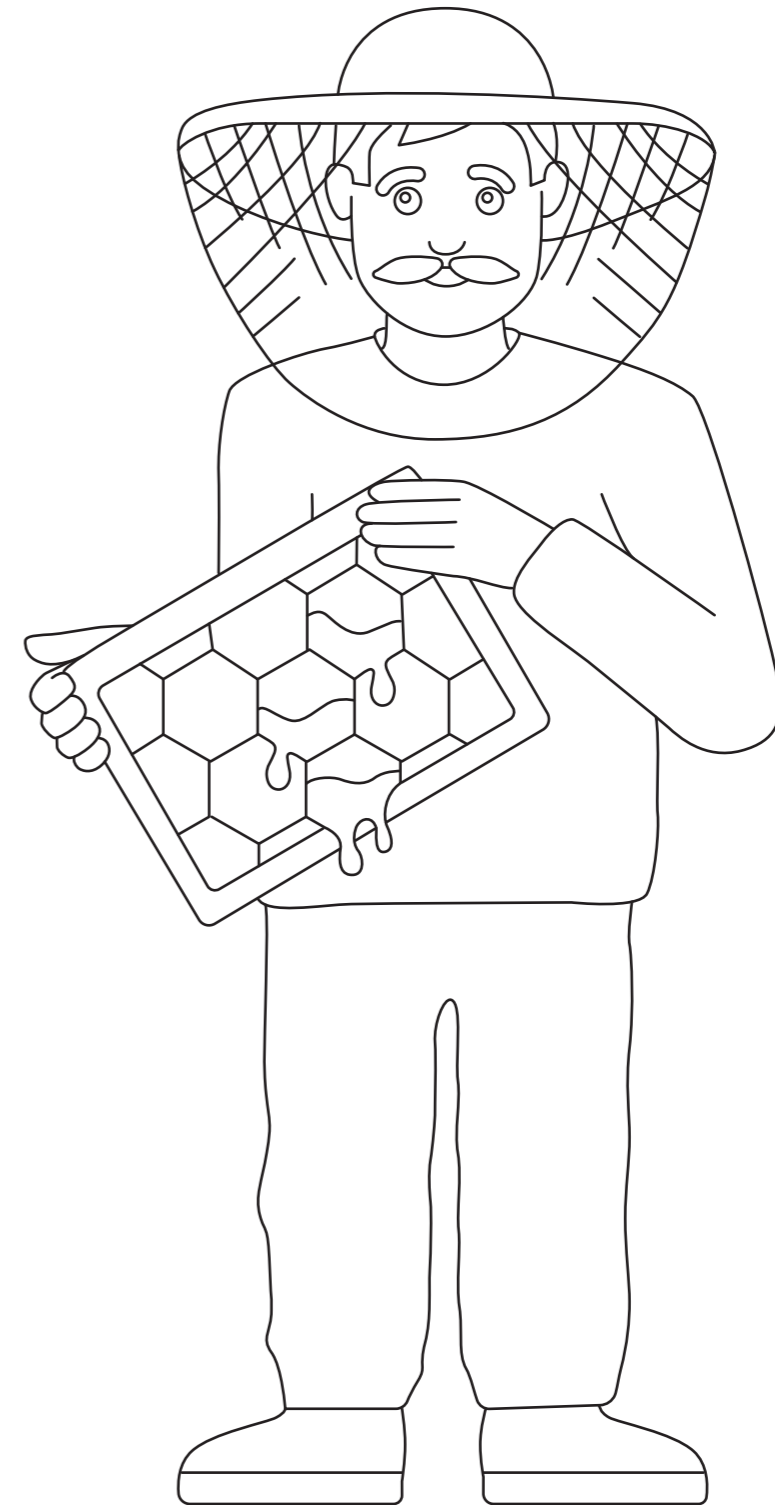
Koszyczki pełne nektaru przynoszą do ula



**W ulu Ciocia Miodzinka w plastrach ubija nektar  
tworząc miód**



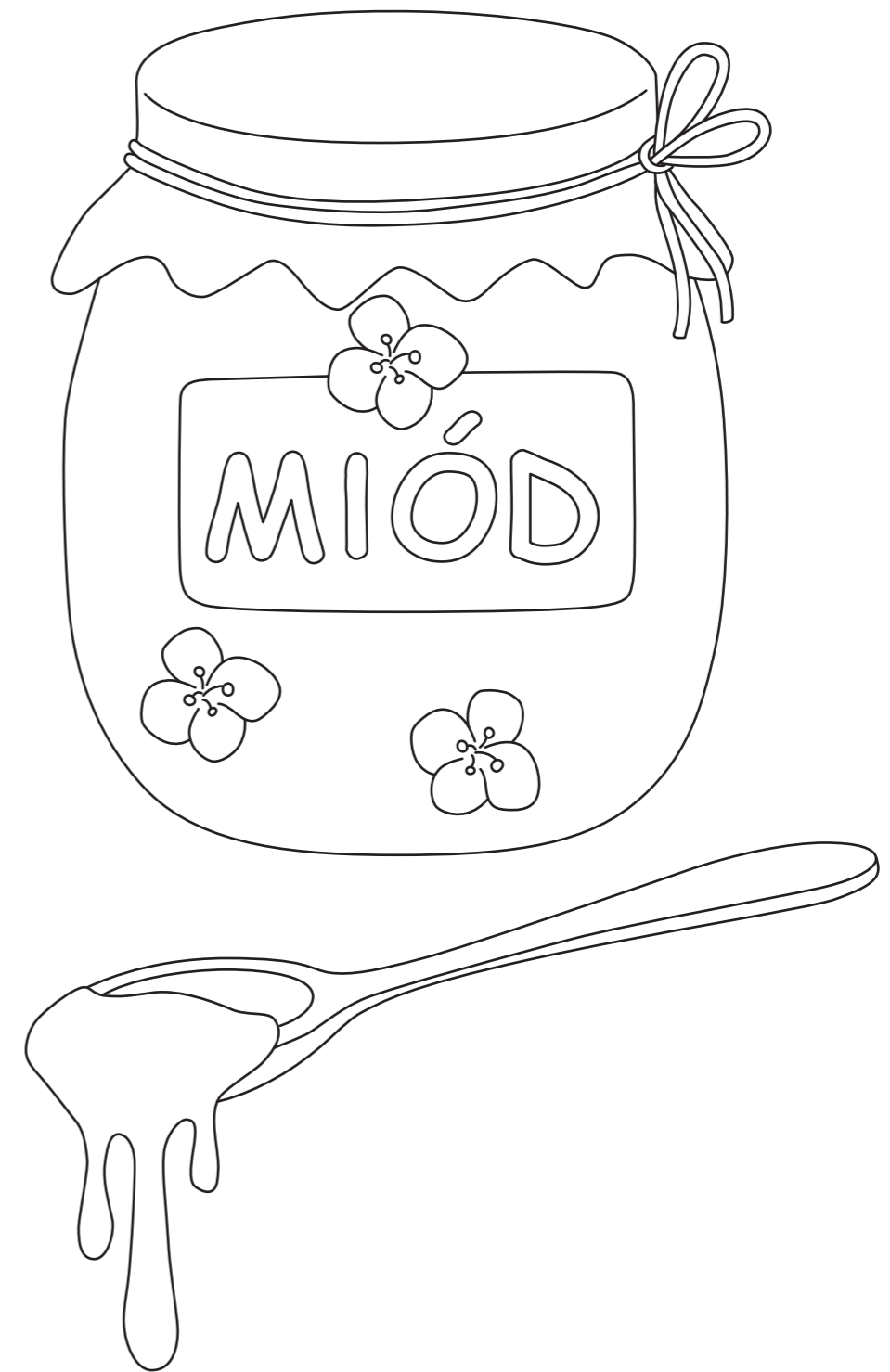
**Nadmiar miodu z plastrów zbiera pszczelarz**



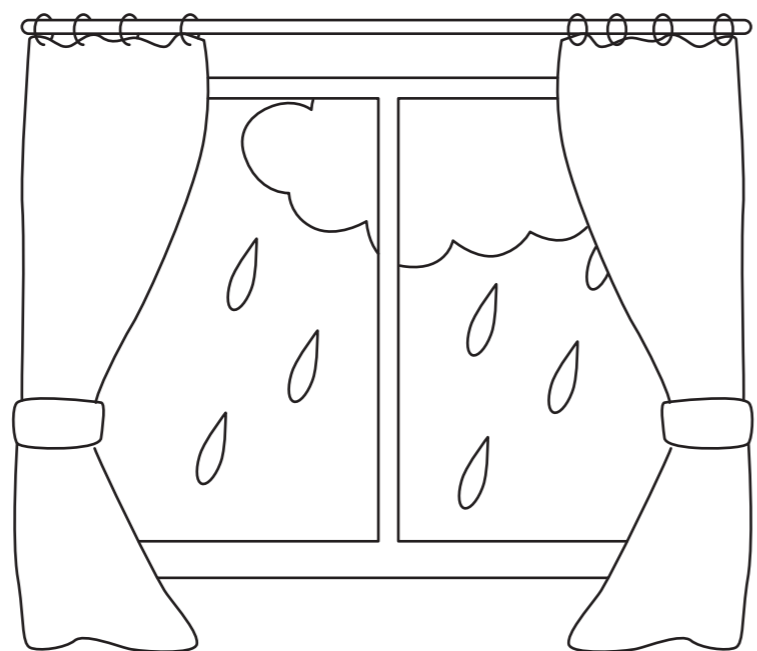
Pszczelarz dba o pszczoły



Miód wlewany jest do słoiczków



Używamy miodu,  
gdy jesteśmy  
chorzy lub  
gdy jest zimno



## Miód pszczelej występuje w dwóch naturalnych postaciach:



Płynnej,  
zwanej  
patoką



Stałej,  
określanej  
jako  
krupiec



## Naturalny miód jest wytwarzany przez pszczoły z:



Nektaru

Spadzi



Nektaru i spadzi



## Miód to dar natury



Dodaje wyjątkowego  
smaku potrawom



Ma właściwości  
zdrowotne



Upiększa



Jest smakołykiem  
prosto z ula!





**Krajowe Zrzeszenie  
Producentów Rzepaku  
i Roślin Białkowych**

ul. Szkolna 2/4 lok. 403, 00-006 Warszawa  
tel. kom. 882 133 153, e-mail: [biuro@kzprirb.pl](mailto:biuro@kzprirb.pl)  
[www.kzprirb.pl](http://www.kzprirb.pl)

**#Fundusze Promocji**

**ISBN: 978-83-939533-1-8**