



# JAK ÚKOLY DĚLIT PODLE VĚKU DÍTĚTE?

## Děti do 3 let

- Můžou přinést některé přísady ze spíže.
- Zvládnou přidat část přísad do mísy.
- Dokážou umýt zeleninu a ovoce.
- Vloží předpřipravený papír na pečení do formy.

## Děti do 4 let

- Umí nalít obsah odměrky do jiné nádoby.
- Dokážou smíchat různé ingredience dohromady.
- Daří se jim oloupat plody se silnou slupkou – třeba banány a pomeranče.
- Zvládnou rozmačkat banán vidličkou.

## Děti do 6 let

- Dokážou rozbít vajíčko.
- Můžou začít používat nožík s kulatým hrotem.
- Zvládnou nakrájet měkké suroviny jako vařené ovoce či zeleninu.
- Umí roztírat polevu či máslo špachtlí.
- Vymačkají citrónovou šťávu.
- Pomůžou rozválet těsto válečkem nebo ho tvarovat do kuliček.
- Učí se po sobě uklízet stůl.

## Děti od 7 let

- Dokážou odměřit či navážit přísady podle receptu.
- S pomocí rodičů zvládnou použít tyčový mixér i otvírák na konzervy.
- Za asistence dospělého můžou používat mikrovlnnou troubu.
- Začínají vymýšlet své vlastní jednoduché recepty.
- Učí se zacházet s ostrým nožem pod dohledem rodičů.