Příloha č. 2: Týdenní jídelníček chlapce Shamv z Keni

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| TÝDENNÍ JÍDELNÍČEK DEVÍTILETÉHO SHAMY | | |
| PO | snídaně | – |
| oběd | kukuřičná kaše s vodou |
| večeře | banán |
| ÚT | snídaně | – |
| oběd | bramborová kaše s vodou |
| večeře | pečený banán |
| ST | snídaně | – |
| oběd | kukuřičná kaše s vodou |
| večeře | placky z hrubé mouky |
| ČT | snídaně | – |
| oběd | kukuřičná kaše s vodou |
| večeře | banán |
| PÁ | snídaně | – |
| oběd | kukuřičná kaše s vodou |
| večeře | polévka z kokosového mléka a rajčat |
| SO | snídaně | fufu – kaše z krupice |
| oběd | – |
| večeře | obiloviny s listy špenátu |
| NE | snídaně | obilná kaše s mlékem |
| oběd | pečené banány se špenátem |
| večeře | – |

Devítiletý Shama žije se svými rodiči v Keni, v malé vesničce na severozápadě země. Tato oblast je poměrně suchá, protože leží velmi daleko od moře, řek i Viktoriina jezera.  
Shama nechodí do školy, protože se v ní platí vysoké školné a oba rodiče jsou bez práce.

Místo toho chodí pro vodu a pomáhá na poli, které jim patří.

Na poli rodina pěstuje zeleninu, ale protože jí v kraji mnoho není, prodává ji.

Za peníze získané z prodeje zeleniny si rodina kupuje jednou týdně mléko a několikrát do roka i maso.

Shama má čtyři sourozence. Nejmladšímu Shethovi je teprve pět měsíců.

O jídlo se pak musí dělit celá sedmičlenná rodina.

Poté, co Shama nanosí vodu a pomůže na poli, hraje si s kamarády z vesnice. Nejčastěji hrají fotbal. Až bude velký, rád by se stal profesionálním fotbalistou.