

PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE

- 1- COMEFRUTAS
- 2- PIRÁMIDE DE ALIMENTOS
- 3- LECTURA DE MENÚS SEMANALES
- 4- POSTER ALIMENTOS SEGÚN ESTACIÓN DEL AÑO
- 5- ¿QUÉ COMEMOS? MENU ANOTAR DURANTE UNA SEMANA
- 6- SALIDA AL MERCADO LOCAL O SUPERMERCADO.
- 7- TALLER DE COCINA
- 8- FIESTA DEL OTOÑO, INVIERNO, PRIMAVERA Y VERANO
- 9- TRABAJAR LAS ETIQUETAS DE INFORMACIÓN NUTRICIONAL DE ALIMENTOS
- 10- TRABAJAR GRUPOS DE ALIMENTOS: ELABORACIÓN DE LIBRITOS CON DIBUJOS O RECORTES DE ALIMENTOS.
- 11- CONOCER LOS NUTRIENTES
- 12- MARCAPAGINAS DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE
- 13- CUADERNO DE FICHAS DE ALIMENTACIÓN
- 14- DÍA DEL DESAYUNO SALUDABLE (PAN Y ACEITE Y TOMATE)
- 15- TALLER DE LOS SENTIDOS CON LOS ALIMENTOS (DULCE, SALADO, AMARGO, ÁCIDO)
- 16- DÍA DEL LÁCTEO
- 17- PAN Y ACEITE CON TOMATE
- 18- MAQUETA DE PIRÁMIDE CON ALIMENTOS DE PLASTILINA
- 19- ELABORACIÓN DE ZUMOS A BASE DE FRUTAS
- 20- DÍA DE LOS FRUTOS SECOS (VIERNES)
- 21- CHARLAS POR PARTE DE LA MÉDICO ESCOLAR O NUTRICIONISTA A LOS NIÑOS/AS DEL CENTRO.
- 22- PLAN DE DESAYUNO SALUDABLE

	1º CICLO	2º CICLO	3º CICLO
DURANTE TODO EL CURSO	COMEFRUTAS PLAN DE DESAYUNO SALUDABLE LECTURA DE ETIQUETAS DE EMBASES Y MENUS.	COMEFRUTAS PLAN DE DESAYUNO SALUDABLE. LECTURA DE ETIQUETAS DE EMBASES Y MENUS	COMEFRUTAS PLAN DE DESAYUNO SALUDABLE LECTURA DE ETIQUETAS DE EMBASES Y MENUS
1º TRIMESTRE	PÓSTER ALIMENTOS SEGÚN ESTACIÓN DEL AÑO. FIESTA DEL OTOÑO FIESTA DE INVIERNO ELABORACION DE ZUMOS SALIDA AL MERCADO ELABORACION DE LIBRITOS EN LOS QUE CLASIFICAN ALIMENTOS CON DIBUJOS O RECORTES.	POSTER ALIMENTOS SEGÚN ESTACIÓN DEL AÑO RUEDA DE ALIMENTOS ELABORACION DE ZUMOS	GRUPOS DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES APUNTAR QUÉ COMEN DURANTE UNA SEMANA Y REALIZAR UN ANALISIS BUSQUEDA EN INTERNET SOBRE PROPIEDADES DE LOS ALIMENTOS. ELABORACION DE ZUMOS

2º TRIMESTRE	FIESTA DE LA PRIMAVERA PIRÁMIDE DE ALIMENTOS MARCAPÁGINAS DE ALIMENTOS ELABORACION DE ZUMOS CHARLA INFORMATIVA	SALIDA AL MERCADO ¿QUÉ COMEMOS? ANOTAR MENÚ DE CASA PIRÁMIDE DE ALIMENTOS ELABORACION DE ZUMOS MARCAPÁGINAS DE ALIMENTOS CHARLA INFORMATIVA	MENÚ SEMANAL MARCAPÁGINAS DE ALIMENTOS ELABORACION DE ZUMOS CHARLA INFORMATIVA
3º TRIMESTRE	PAN Y ACEITE FIESTA DEL VERANO ELABORACION DE ZUMOS TALLER DE COCINA	PAN Y ACEITE TALLER DE COCINA ELABORACION DE ZUMOS	PAN Y ACEITE TALLER DE COCINA ELABORACION DE ZUMOS