

CORSI DI EDUCAZIONE ALIMENTARE



LA SALUTE VIEN MANGIANDO!

Una sana e corretta
alimentazione è fondamentale
per la tutela della salute e la
qualità della vita.

sodexo



A proposito dei nostri corsi

1

Promuovono **sane**
e **corrette abitudini alimentari**

2

Favoriscono la **conoscenza** delle
proprietà nutrizionali dei vari
alimenti

3

Abbracciano
più **discipline di studio**

4

Sensibilizzano verso il nostro
patrimonio agroalimentare, storico
e **artistico**

5

Stimolano
i **5 SENSI**

6

Insegnano
ad **assaggiare**

Corsi di Educazione Alimentare

Anno Scolastico 2021-2022

SCUOLA DELL'INFANZIA

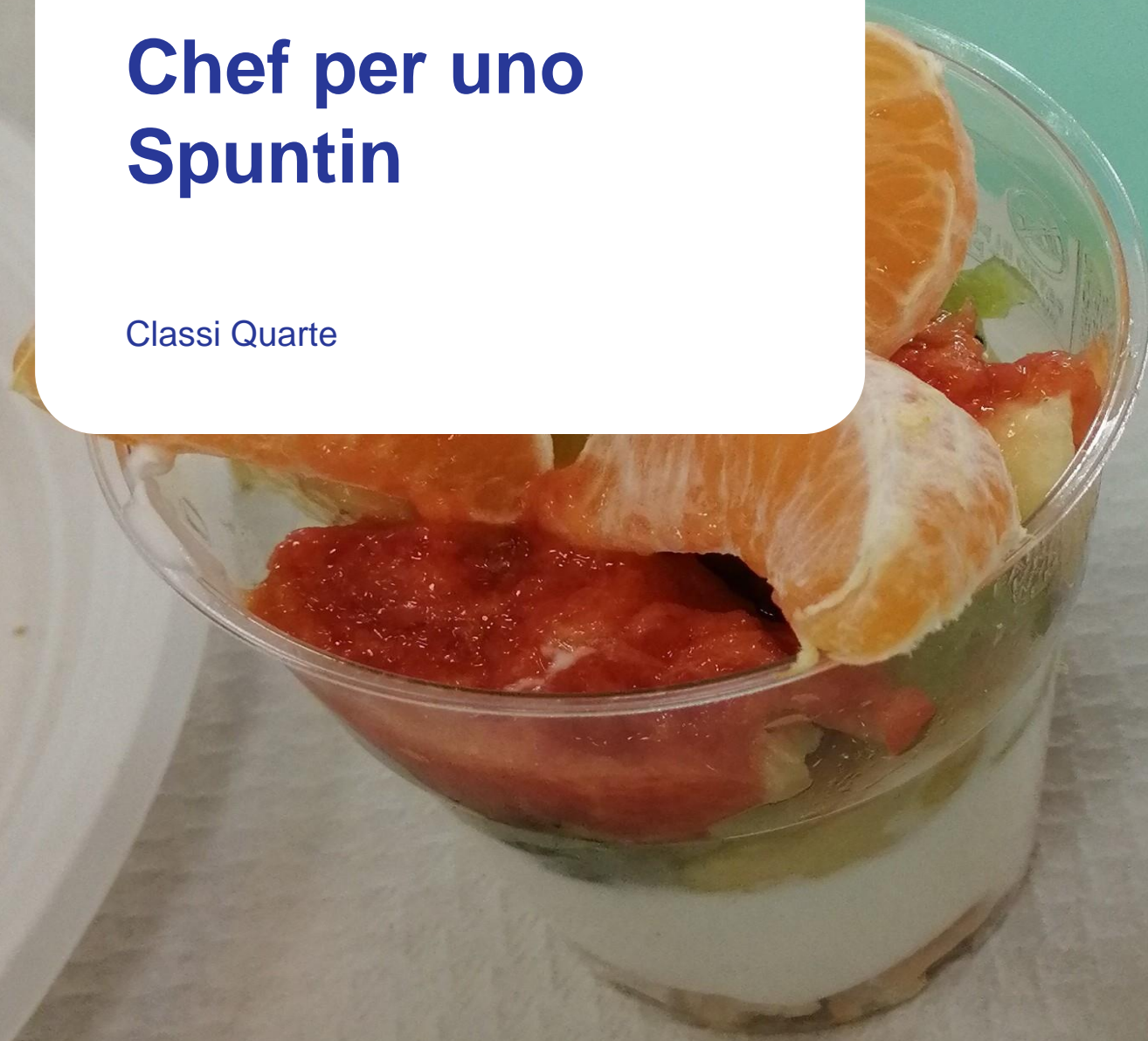
- "Storie e filastrocche a bocca piena" (Bambini di Tre, Quattro e Cinque anni)

SCUOLA PRIMARIA

- "Girotondo con un chicco di grano" (Classi Prime);
- "Raccontiamo le fiabe con gusto" (Classi Seconde);
- "Frutta e verdura: un arcobaleno di benessere" (Classi Terze);
- "Chef per uno spuntin" (Classi Quarte);
- "Commissione mensa kidz" (Classi Quarte);
- "Degustibus non est disputandum" (Classi Quinte);
- "Progetto riduzione degli scarti" (Classi Terze e Quinte);

Chef per uno Spuntin

Classi Quarte



PREPARIAMO UNA SANA MERENDA

Il refettorio è pronto per accogliere
i protagonisti di questo incontro:
i nostri giovanissimi **PROVETTI
CHEF!**

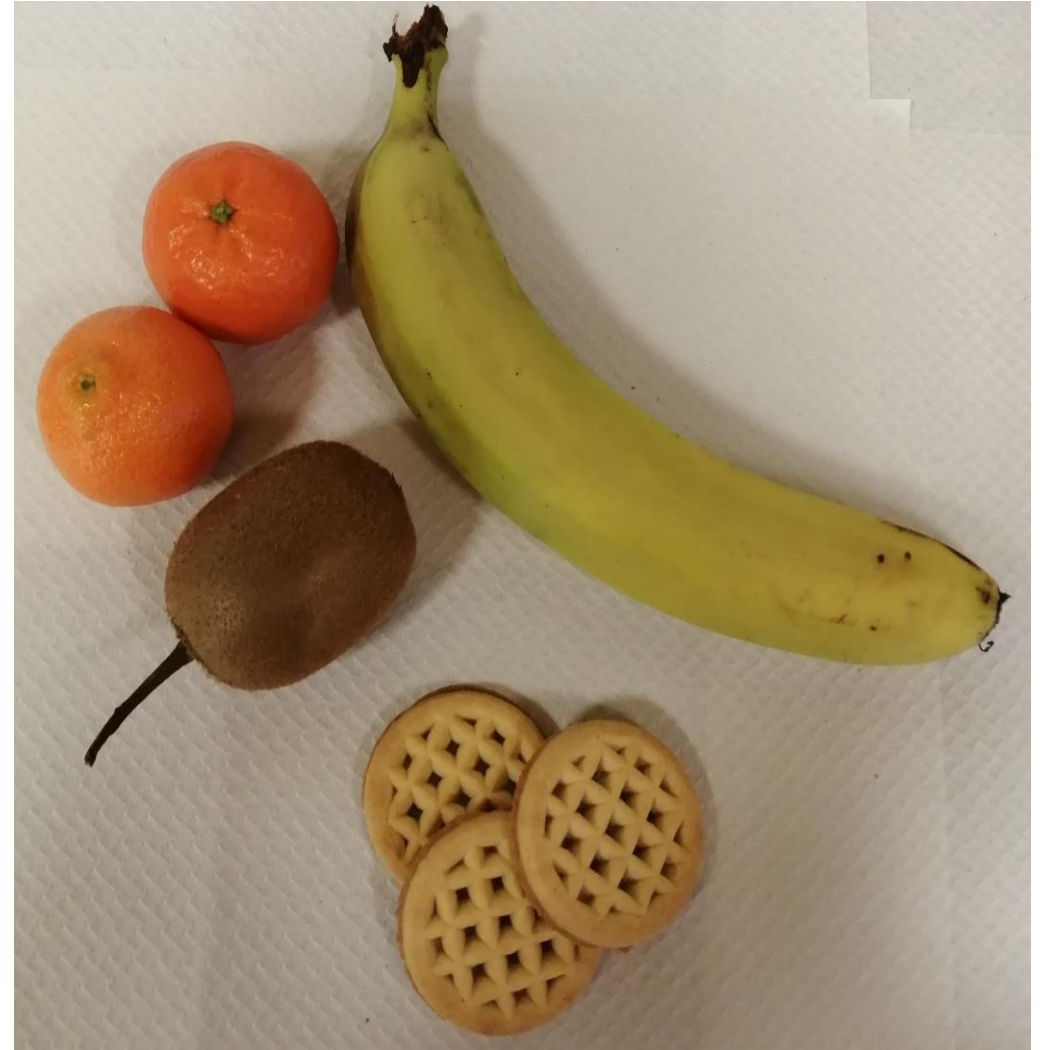
Prepareremo, per poi degustarlo,
uno spuntino **SANO, LEGGERO,**
ma soprattutto **GOLOSO:**
una deliziosa **CHEESECAKE** al
bicchiere e una freschissima
SPREMUTA d'ARANCIA.



INGREDIENTI

**BISCOTTI SECCHI, YOGURT BIANCO,
BANANE, KIWI e MANDARINI...**

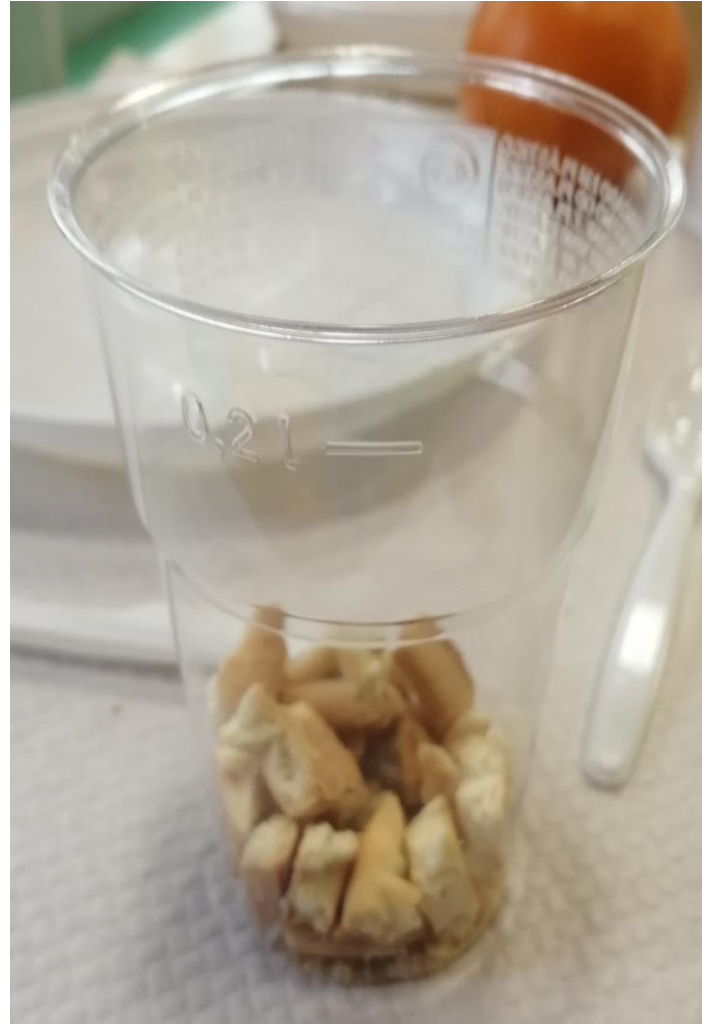
**Questi, gli ingredienti che utilizzerà
ciascuno Chef per la preparazione del
proprio spuntino.**



PREPARAZIONE: *BISCOTTI E YOGURT*

**Sbricioliamo i BISCOTTI
SECCHI e disponiamoli sul
fondo del bicchiere...**

**Versiamo lo YOGURT BIANCO
sullo strato di biscotti...**



FRUTTA

Tagliamo, a nostro piacimento,
le **BANANE**, i **KIWI** e gli spicchi
di **MANDARINO**...

Disponiamo la frutta sullo
strato di yogurt...

La nostra **CHEESECAKE** è
PRONTA!



SPREMIAMO LE ARANCE!

SPREMERE!

SPREMERE!

SPREMERE!

SPREMERE!



IL NOSTRO GOLOSO SPUNTINO È PRONTO: BUONA MERENDA A TUTTI!



NON SOLO CUCINA...

La fase di preparazione dello spuntino, è stata anche un'occasione per affrontare tematiche, quali:

- Le **NORME IGIENICHE** da rispettare durante la preparazione di una pietanza;
- L'importanza, per la nostra salute, del **CONSUMO** di **FRUTTA**;
- I **PASTI** della **GIORNATA**, e nello specifico la funzione degli **SPUNTINI**;

Grazie