

CARNAVAL 2019

COMER ES UN PLACER QUE HAY QUE CONOCER

ALIMENTOS DE INVIERNO

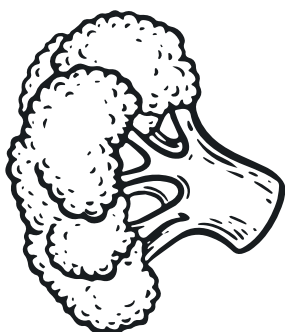
¿Sabes unir cada alimento con su nombre?
Coloréalos para que quede más bonito.



puerro



espinacas



brocoli

coliflor

ajos tiernos





COMER ES UN PLACER QUE HAY QUE CONOCER

CARNAVAL VIENE DE CARNE

Lo mejor es comer de todo pero comer de todo no significa comer cualquier cosa.

Por qué comer carne en Carnaval:

(El profesor o profesora explica las opciones de comer carne o no hacerlo)

- La carne en exceso es perjudicial y el vegetarianismo es una opción cada vez más frecuente
- El Jueves Lardero es la fiesta de comer carne y embutidos, que tienen proteínas muy beneficiosas para nuestro cuerpo
- Aunque no comamos carne, las proteínas que necesitamos se pueden ingerir con otros alimentos
- Debemos buscar carne y pescado elaborados con respeto a los animales y hay alimentos de los que podemos prescindir

Actividad para hacer en casa: Rebelión en la granja

Investiga en el supermercado al hacer la compra si hay alimentos que para producirlos se trata con cuidado a los animales. Por ejemplo: huevos de gallinas felices, carne de pollos criados fuera de jaula, corderos sacados a pastar al campo, leche de vacas criadas con respeto

