

# 16 a 20 de abril de 2018

## Semana de la alimentación en el CEIP Isabel la Católica



Avanzamos hacia una alimentación saludable y sostenible

ORGANIZAN

CEIP ISABEL  
LA CATÓLICA



Garúa

*Garúa es una cooperativa de trabajo asociado e iniciativa social, dedicada a la educación, la intervención socioambiental y la investigación*



CEIP Isabel la Católica



*Gastronomic es la empresa que gestiona nuestro servicio de comedor.*

## RECORDATORIO DE ACTIVIDADES

<b>LUNES 16</b>
Horario de comedor HIDRATOS DE CARBONO
17,00-18,45 INAUGURACIÓN EXPOSICIÓN ALIMENTAR EL CAMBIO
<b>MARTES 17</b>
Horario de comedor VITAMINAS Y MINERALES
17,00-18,45 Y, ¿QUÉ MERENDAMOS HOY? TALLER PARA NIÑOS Y NIÑAS COMER SANO MOLA.
<b>MIÉRCOLES 18</b>
Horario de comedor PROTEINAS ANIMALES Y VEGETALES
17,00-18,45 CORTOS EN FAMILIA
<b>JUEVES 19</b>
Horario de comedor LÍPIDOS
17,00-18,45 CONCURSO DE MERIENDAS JUSTAS Y SANAS
<b>VIERNES 20</b>
Horario de comedor AGUA Y ACTIVIDAD FÍSICA
17,00-18,45 YINCANA DE LA ALIMENTACIÓN JUSTA Y SANA PARA ALUMNOS Y ALUMNAS DE PRIMARIA VISITA GUIADA EXPOSICIÓN ALIMENTAR EL CAMBIO

### ¡¡NECESITAMOS VOLUNTARIOS!!

La colaboración de los padres y madres es imprescindible para realizar las actividades previstas. Anímate. Si puedes colaborar en la organización de esta Semana de la Alimentación escribe a [comedor-ampaisabelacatolica@googlegroups.com](mailto:comedor-ampaisabelacatolica@googlegroups.com) indicando tu disponibilidad.


## **ACTIVIDADES DINAMIZADAS POR GASTRONOMIC “EL INGREDIENTE DEL DÍA”**

El menú escolar de la Semana de la Alimentación se utilizará para introducir a los niños y niñas conceptos relacionados con una alimentación saludable y sostenible.

<b>Lunes 16</b>	<b>HIDRATOS DE CARBONO</b>
<b>Martes 17</b>	<b>VITAMINAS Y MINERALES</b>
<b>Miércoles 18</b>	<b>PROTEÍNAS ANIMALES Y VEGETALES</b>
<b>Jueves 19</b>	<b>LÍPIDOS</b>
<b>Viernes 20</b>	<b>AGUA Y ACTIVIDAD FÍSICA</b>

El menú ofrecido cada día tendrá como ingrediente principal el contenido indicado anteriormente y se proporcionará a los niños y niñas una breve charla explicativa sobre sus propiedades e importancia.

Así mismo, están previstos una serie de juegos a cargo del personal de apoyo y vigilancia en los que tendrán que identificar alimentos reales cuyo nutriente protagonista sea el tratado ese día.



**LA DECORACIÓN DE LOS COMEDORES ESCOLARES HARÁ ALUSIÓN A LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y EQUILIBRADA**

**LA ALIMENTACIÓN DE NUESTROS HIJOS E HIJAS ES IMPORTANTE. APROVECHA ESTA SEMANA Y PARTICIPA EN LAS ACTIVIDADES PARA AVANZAR HACIA UNA ALIMENTACION EQUILIBRADA Y SANA.**

**TE ESPERAMOS**

# **ACTIVIDADES DINAMIZADAS POR GARÚA**

## **Horario 17.00 a 18.45 h**

**(acceso portón de entrada a patio, en calle Beneficencia)**

### **LUNES 16**

Inauguración de la **EXPOSICIÓN ALIMENTAR EL CAMBIO**.  
También se podrá visitar durante toda la semana.

### **MARTES 17**

**Y, ¿QUÉ MERENDAMOS HOY?** Charla/taller ofrecida por Garúa sobre desayunos y meriendas saludables: criterios e ideas prácticas dirigida a adultos

Simultáneamente se realizará el **TALLER COMER SANO MOLA** dirigido a niños y niñas de primaria.

### **MIÉRCOLES 18**

**CORTOS EN FAMILIA:** Proyección de 3 cortos cortísimos de animación sobre agricultura ecológica, proximidad y salud. Esta actividad está dirigida a las familias siendo bienvenidos grandes y pequeños.

### **JUEVES 19**

#### **CONCURSO DE MERIENDAS JUSTAS Y SANAS**

Cata, votación y elección de la merienda ganadora. ¿Te atreves a proponer meriendas nutritivas, bajas en azúcares, ricas en fruta y con grasas saludables? ¿Te inventas una merienda de temporada cuyos ingredientes procedan de cultivos del país?

### **VIERNES 20**

**YINCANA DE LA ALIMENTACIÓN JUSTA Y SANA** dirigido a niños y niñas de primaria.

Simultáneamente se realizará una visita guiada para adultos, por la **EXPOSICIÓN ALIMENTAR EL CAMBIO**