

Pren fruita cada dia

Objectius

Promoure una alimentació saludable i sostenible.
Fomentar el consum de fruita.

Continguts

- ✓ Identificació i descripció de les diferents fruites i hortalisses.
- ✓ **Fruites i hortalisses de temporada** i de proximitat. Beneficis del seu consum.
- ✓ **Grups d'aliments** que conformen una alimentació saludable i sostenible.
- ✓ **Aliments superflus** i alternatives al seu consum.



Educació Infantil

(15)



1 h

Equipament necessari

- Aula del centre educatiu amb espai suficient per a la part pràctica.

Material complementari

- Cartell "[Pren fruita cada dia](#)"

◀ [Tornar a l'índex](#)