

ACTIVITAT: DESCOBERTA DELS ALIMENTS (FRUITES)

OBJECTIUS:

- Fomentar el consum de diferents tipus d'aliments (fruits secs, fruita, verdura, làctics, formatges,...)
- Manipular i experimentar nous sabors, textures d'una manera divertida
- Relacionar els diferents "estats" d'un mateix aliment (cru, torrat, dessecat,...)

DESTINATARIS: Cicle infantil

GRUP: 10-15 infants

DESENVOLUPAMENT ACTIVITAT:

- Els nens i nenes es trobaran a l'espai on es realitzi l'activitat una taula amb les seves estovalles preparada amb els bols, els aliments i diferents estris per poder-los manipular (cullera, forquilla, plats amb els aliments, ganivets,...).
- PRIMERA PART: Farem una petita explicació dels aliments. Explicant el nom (observant color, forma, com es per dins i per fora, explicant per què serveix, les diferents opcions per menjar-la (Crua, torrada, bullida, amb puré, en pastissos, etc.).
- SEGONA PART: Manipulació i tast dels aliments. Es trobaran els aliments repartits en els diferents bols/Plats. Els nens i nenes podran veure i tastar el que vulguin. Ho podran tocar, olorar... lliurement d' manera relaxada i tranquil·la.
- TERCERA PART: Per aquesta part, us proposem diferents coses:

Per aquesta vegada, ja que els fruits els presentem en un únic estat, proposem:

Fer macedònia: (molt senzill per fer amb cicle infantil) tindreu ganivets de plàstic pq els nens/es puguin tallar els trossets petits. També teniu un espremedor per fer el suc amb els "pomelos/taronges" i un bol gran per acabar de fer la macedònia.

Fer batuts: tindreu llet i una batidora per fer-ho (manipulació de les monitors/es). Agafeu la llet i la fruita que triïn i... a beure!!

ATENCIÓ ALS NO LACTOSA podeu fer un batut només de fruites combinades o llet sense lactosa. Riquíssim!!!!

Fer pinxos de fruita: Tallar la fruita a daus i triar 4 fruites per passar-les pel pinxo. Un cop acabat es deixa a sobre d'un plat i se li tira per sobre una mica de sirope.

MATERIAL:

Fruites: (això és una proposta inicial. Caldrà mirar que la fruita estigui accessible en el moment que feu l'activitat i mirar si el preu no està disparat). Qualsevol cosa ho parreu amb la cuiner/a. Intenteu que no siguin fruites que habitualment es donen als menjadors.

Meló Gál·lia

Cireres

Préssec
Nectarines
Nespres
Albercoc
Maduixes
Tomàquet

AQUESTS ALIMENTS ESTAN PENSATS PER A UNA DETERMINADA ÉPOCA DE L'ANY (FINAL DE CURS), SI EN EL MOMENT DE FER L'ACTIVITAT NO HI HA ALGUN ALIMENT, PODEU FER UN CANVI.

Menjadors amb cuina in-situ: parleu amb la cuinera pq ho demani al proveïdor de la fruita.

Menjadors amb càtering: comprar-ho i presentar tiquet.

NOTA: Vigileu amb els al·lèrgics i els intolerants "NO LACTOSA, PLV, FRUITS SECS, FRUCTOSA..."

MATERIAL: tot aquells materials que pugueu comprar des de cuina millor. Si no, ho compreu i ens passeu els tiquets.