

NUESTRO OBJETIVO PRINCIPAL ES DAR UNA ALIMENTACION CORRECTA DURANTE LA EDAD ESCOLAR QUE PERMITA A LAS/OS NIÑAS/OS CRECER CON SALUD Y FOMENTAR HABITOS SALUDABLES EN EL FUTURO.

ALIMENTOS DE TEMPORADA

¡Los encontrarás en tus menús!

PRIMAVERA: Es la estación del buen tiempo, los días son más largos, vemos el sol más tiempo, florecen flores y plantas y suben las temperaturas.



VERANO : Es la estación más calurosa y nuestro cuerpo necesita más líquidos, por eso recuerda comer frutas, nos proporcionan mucha agua.



OTOÑO: Aunque las temperaturas no sean tan altas como en verano, necesitamos frutas y verduras para mantenernos sanas/os y fuertes



INVIERNO: En esta época del año, debemos subir nuestras defensas e ir más abrigadas/os porque hace más frío.

