

A L I
M E N
T e S

DIARIO

A L I M E N T e S

DUN TRIMESTRE MOI RARO

1^o - 2^o primaria

NOME E APELIDOS:

DIRECCIÓN:

IDADE:

CON QUEN VIVO:



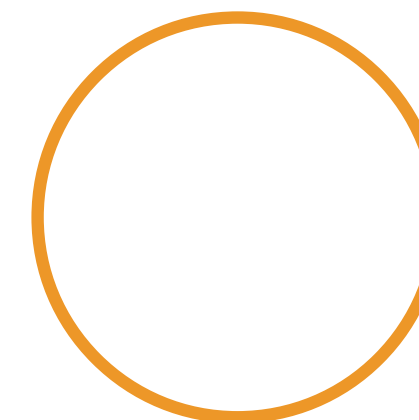
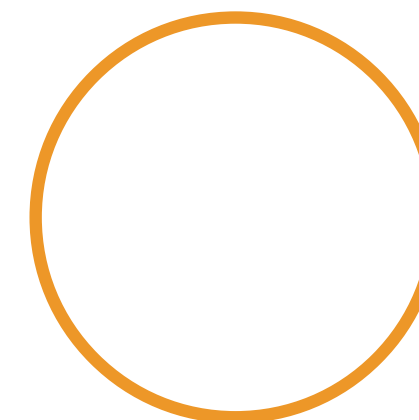
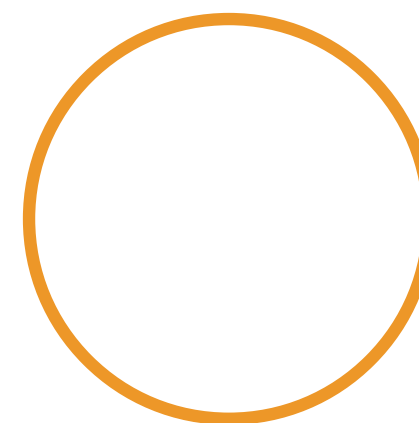
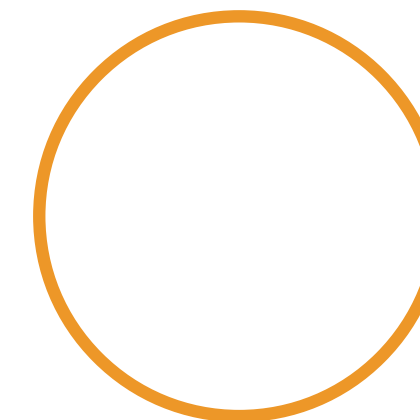
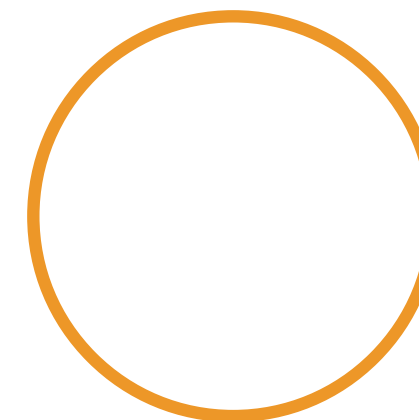
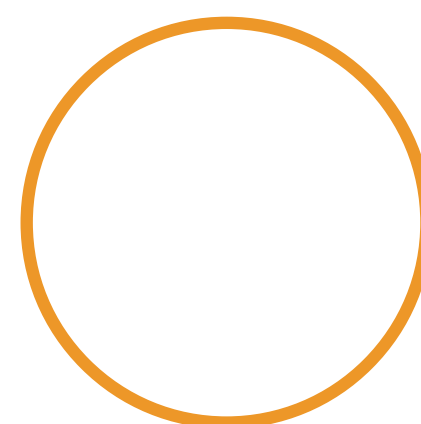


Como me sentín durante este tempo onde non puiden ir ao meu cole? Pon nome e cor ás principais emocións que sentiches durante os días que estiveches en casa coa túa familia.

A L I M E N T E S

GADIS

EMOCIÓN



NESTE TEMPO EN CASA...

APRENDÍN A:

BOTEI DE MENOS:



NESTE TEMPO EN CASA...

VALORA ESTA CORENTENA:



CREA O TEU PROPIO EMOTICONO DA CORENTENA:



RECEITAS PARA FACER EN FAMILIA



Xeado saudable

XEADO DE IOGUR E CEREIXA

Ingredientes:

2 iogures naturais

Un puñado de cereixas

Preparación:

1. Quítalle os ósos e curta en anacos pequeniños as cereixas para que queden como tropezóns.
2. Pon os iogures no vaso da batedora e báteos coas baleas ata que teña unha consistencia cremosa.
3. Engade as cereixas e mestúraas.
4. Introduce a mestura no conxelador.

Se queres manter a textura cremosa do iogur, é recomendable que cada media hora saques o xeado do conxelador e o removas polo menos durante as dúas primeiras horas. É un pouco máis laborioso, pero merece a pena.

XOGOS ACUÁTICOS



A auga é moi importante durante o verán para refrescarnos e hidratarnos. **Xogamos coa auga?** Para esta actividade necesitarás globos de cores, cubos ou baldes de auga, manguera e, por suposto, auga.

No patio, terraza ou xardín da túa casa organiza un auténtico xogo de auga cos globos de cores.

Se avisas aos teus amigos/ as, organízalos por equipos ou simplemente fai dous equipos mesturando ao teu pai, nai, tíos/ as, primos/ as, irmáns/ as... Cada equipo debe encher os globos con auga e colocalos no seu cubo. Ao final haberá un vencedor de acordo á dinámica de xogo que creases. A divertirse!



A L I M E N T E S

GADIS

A MIÑA LISTA DE DESEXOS PARA ESTE VERÁN

QUERO IR A:

ESPERO VER A:

2 COUSAS QUE QUERO FACER EN
FAMILIA:

**QUE PASES
O MELLOR
VERÁN DA
TÚA VIDA!**

PROGRAMA ALIMENTES | GADIS



**A L I
M E N
T e S**