

PRESENTAZIONE DEL CORSO OPZIONALE DI EDUCAZIONE ALIMENTARE PER LA CLASSE QUARTA

Il corso si svolgerà tutto l'anno, il lunedì dalle 15.25 alle 17.00
Durante le lezioni verranno proposte delle preparazioni di
difficoltà superiore rispetto a quest'anno.

Avendo a disposizione soltanto due ore-lezione non sarà possibile preparare un pasto completo, inoltre l'orario (metà pomeriggio) non è adatto.

Verrà data la preferenza a preparazioni con frutta e verdura di stagione e contenenti pochi grassi e pochi zuccheri.

Come durante il corso di terza media, ci sarà una parte della lezione dedicata alla teoria dell'alimentazione.

Sarà data molta importanza all'igiene e alla pulizia.