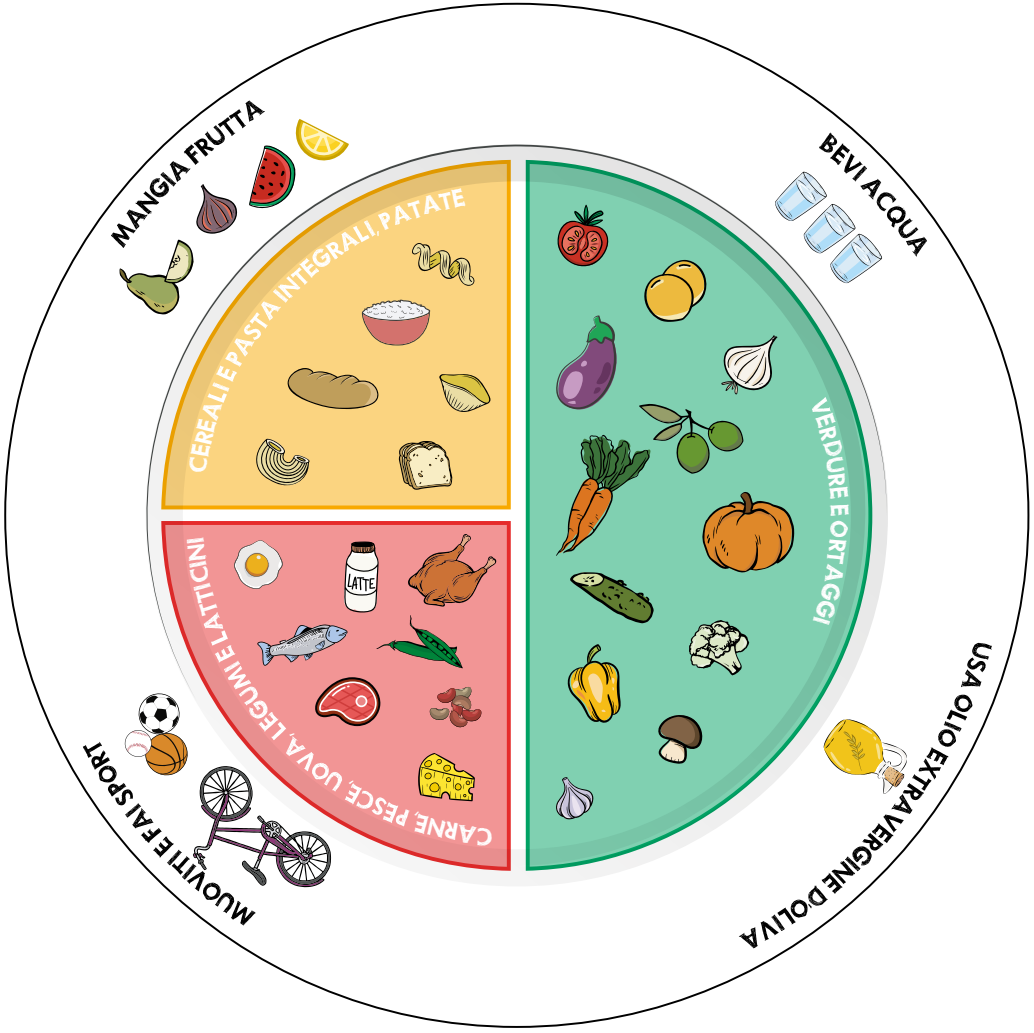
IL "SUPERPIATTO" MEDITERRANEO

Per preparare un **piatto equilibrato**, che si ispira alla Dieta Mediterranea, cerca di mettere insieme diversi tipi di alimenti: verdure, cereali e proteine.
Il disegno del piatto ti aiuta a capire quanto spazio dedicare a ogni gruppo di alimenti. Così puoi preparare ogni giorno piatti semplici, colorati e gustosi!

ATTACCA QUESTA PAGINA SUL FRIGO O SU UNA LAVAGNA IN CUCINA, COSÌ SARÀ UTILE PER TUTTA LA FAMIGLIA.



13ª EDIZIONE

SALTA in BOCCA

PER UN'ALIMENTAZIONE SANA E SOSTENIBILE

A SCUOLA ABBIAMO IMPARATO CHE



ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE

Nome _____ Cognome _____

Classe _____ Scuola _____

con l'insegnante _____

Anno Scolastico 2026-2027

SALTAINBOCCA.IT

PROMOSSO DA

CONAPI

Madama Oliva
Gli specialisti delle olive.

PanaPesca
Gli specialisti del pesce

È UN PROGETTO DI

NEWAYS
education-events-promotion

SEGUICI SU

SCUOLA DELL'INFANZIA

AL BANCO DELLA FRUTTA E VERDURA

COLLEGA CON UNA FRECCIA GLI ORTAGGI E I FRUTTI AL CESTO GIUSTO, DELLO STESSO COLORE

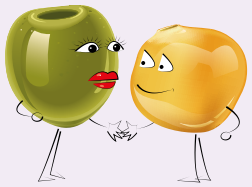


SCUOLA PRIMARIA

L'ANAGRAMMA DEGLI ALIMENTI

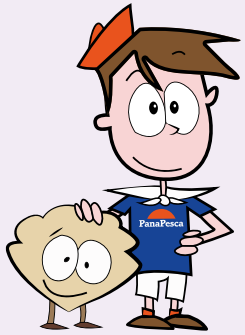
RIORDINA LE LETTERE E SCOPRI QUALI ALIMENTI SI NASCONDONO TRA LE CASELLE.

E	L	I	O	V
_	_	I	_	_



E	E	S	P	C
_	_	S	_	_

P	U	L	I	I	N
_	_	P	_	_	I





I	E	M	E	L
_	I	_	_	E