

# LABORATORIO DE COCINA

La actividad extraescolar “Laboratorio de cocina”, de dos horas semanales, será impartida por dietistas-nutricionistas.

En esta actividad los alumnos aprenderán a diferenciar todos los grupos de alimentos, verduras, hortalizas, frutas, legumbres, carnes, pescados, huevos, harinas, tubérculos y pastas. Con ellos aprenderemos a utilizar diferentes técnicas culinarias, además, en cada sesión realizaremos educación alimentaria, enseñando a los alumnos a adquirir unos buenos hábitos alimentarios.