



Mangiare verdura e frutta

Una zuppa di verdure multicolore e una vivace macedonia

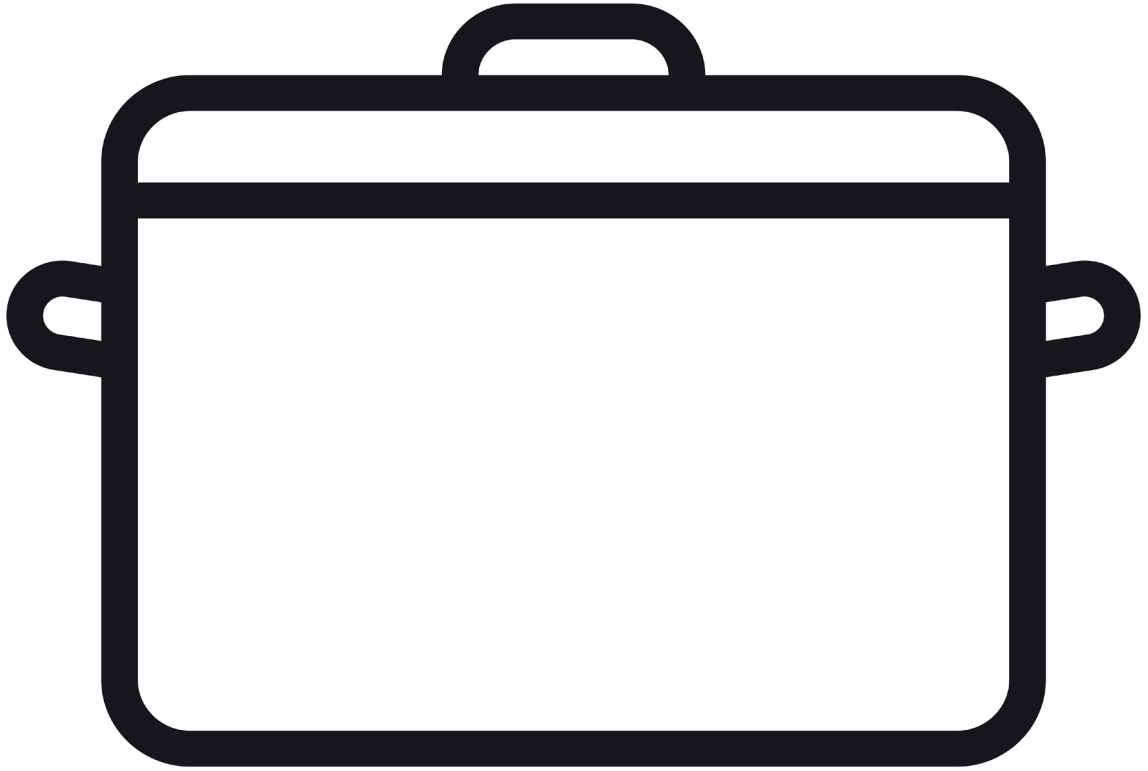
La natura ci offre un'enorme varietà di frutta e verdura colorata. Può essere succosa, croccante, aspra o dolce. Ce n'è sicuramente per tutti i gusti! Prepariamo una zuppa di verdure multicolore e una vivace macedonia con frutta e verdura dei tipi più svariati.

Materiale

- ▶ Immagine di una pentola o di una ciotola (modelli nella pagina successiva)
- ▶ Opuscoli e giornali con immagini di frutta e verdura
- ▶ Forbici
- ▶ Colla stick

Istruzioni

1. Stampare l'immagine della pentola e/o della ciotola o disegnarle insieme al bambino.
2. Insieme, ritagliare o strappare immagini di verdura e/o frutta trovate sui giornali e sugli opuscoli e incollarle sui contenitori.
3. Confrontarsi con i bambini: che zuppa/macedonia hai preparato? È buona? Hai mai assaggiato questi tipi di frutta e verdura? Ti piacciono?






Impressum

© Società Svizzera di Nutrizione SSN

Società Svizzera di Nutrizione SSN
Eigerplatz 5 | CH-3007 Berna
T +41 31 385 00 00 | info@sge-ssn.ch

 **tabula** | Rivista dell'alimentazione
Redazione T +41 31 385 00 17 | www.tabula.ch

 **Test d'alimentazione**
www.sge-ssn.ch/test

 **shop ssn** | Negozio online della SSN
T +41 31 385 00 00 | www.sge-ssn.ch/shop

Retrouvez-nous sur



In collaborazione con:



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Dipartimento federale dell'interno DFI
Ufficio federale della sicurezza alimentare e
di veterinaria USAV



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

