

CURSO 2025/2026

Como todos los años, la información de nuestra contraportada de los menús del comedor escolar cambia.

El año pasado, durante todo el curso, fuimos aprendiendo recetas saludables y sostenibles, y presentamos la primera edición del concurso de recetas "pequeños chefs".

Este curso hablaremos de la ALIMENTACIÓN INTEGRATIVA y qué podemos hacer para incluirla en nuestro día a día.

PREPÁRATE PARA 2ª EDICIÓN "PEQUEÑOS CHEFS"

Tras el éxito del concurso "Pequeños Chefs", este curso sacaremos la segunda edición. **Durante el mes de mayo se abrirá de nuevo el plazo de participación y en el mes de junio conoceremos a los ganadores.** Estad atentos para no perderos ni un solo detalle.



ALIMENTACIÓN INTEGRATIVA EN TU DÍA A DÍA

Cada mes **subiremos a nuestro QR la explicación de 8 de los puntos** que componen la alimentación integrativa.

| MES | CONCEPTO |
|-----------|------------------------------------|
| OCTUBRE | ALIMENTACIÓN CONSCIENTE |
| NOVIEMBRE | BIENESTAR EMOCIONAL |
| DICIEMBRE | ENTORNO SALUDABLE |
| ENERO | SOSTENIBILIDAD Y MEDIO AMBIENTE |
| FEBRERO | HÁBITOS DE HIGIENE |
| MARZO | ACTIVIDAD FÍSICA |
| ABRIL | USO RESPONSABLE DE LAS TECNOLOGÍAS |
| MAYO | DESCANSO |



PINCHA PARA DESCUBRIRLOS



Además, acompañaremos toda esta información con un **CUADERNO DE JUEGOS.**

En el que encontraréis **diferentes retos y juegos** para transformar estos 8 puntos en un hábito para incluir a diario.



Programa de nutrición
y hábitos saludables
del Grupo Mediterránea

mediterránea
EDUCACIÓN