

## Propuesta: Que no falte ningún ingrediente.

### ¿Qué necesitás?

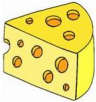








- Hojas.
- Lápices.
- Una olla.

También va a ser necesario que armes las siguientes grillas en distintas hojas, una completa y otra vacía. Si son dos jugadores o más, se hará una grilla vacía para cada uno.

Para hacer el juego más divertido, alguien de tu familia puede ayudarte a armarlas, porque lo importante es que no sepas que alimento hay en cada casillero.

El contenido de la grilla puede variar, lo importante es que contenga diferentes alimentos con los que podamos cocinar para el almuerzo o la cena.

### Grilla 1 (completa):

	A	B	C
1			
2			
3			

### Grilla 2 (vacía):

	A	B	C
1			
2			
3			

Se recomienda agregar más casilleros para niños/as de 4° a 7° grado.

## VAMOS A JUGAR

Para comenzar tendrás que colocar la grilla completa en una olla, en lo posible con tapa ubicada en la cocina o comedor, en un lugar seguro y fácil de alcanzar.

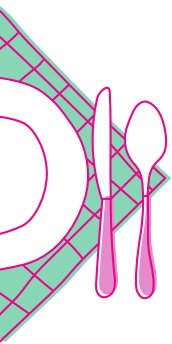
Los jugadores se ubicarán en otro ambiente o rincón de la casa, cada uno con una grilla vacía y lápices para dibujar.

De a uno tendrán que ir hasta la olla, destaparla y observar las imágenes. Al regresar a su grilla, cada uno dibujará los alimentos que pudo recordar en el casillero correspondiente.

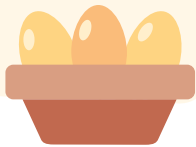
Irán de a uno las veces que sean necesarias hasta completar la grilla.

Al finalizar te invitamos a que puedas crear una receta con todos los alimentos de la olla. Podes agregar otros.





**Recordá que para lograr una alimentación saludable es importante consumir alimentos variados y diversos, de esta manera tu cuerpo recibirá todos los nutrientes necesarios para que puedas crecer y desarrollarte.**



**Además, es importante recordar que la comida casera es más saludable y nutritiva, y permite descubrir los procesos que atraviesan diferentes alimentos hasta llegar a nuestra mesa.**

