

# CARACOLES

-2020-



“CUCHARA, CUCHARITA, CUCHARÓN”

-MERIENDA SALUDABLE-



 **¡Hola Familia!** 

Queremos contarles que comenzaremos a trabajar con una nueva propuesta pedagógica llamada “**Cuchara, cucharita, cucharón**” en la misma haremos hincapié en la **merienda saludable** que nuestro Jardín tiene como proyecto institucional. En esta oportunidad, presentaremos a los lácteos como alimentos saludables.

Es preciso destacar, como lo hicimos en la propuesta anterior, que cada familia, realizará las diferentes actividades en el momento que lo considere oportuno. Les recordamos que **continuamos recibiendo las evidencias al mail: [nivelinicial.caracoles@gmail.com](mailto:nivelinicial.caracoles@gmail.com)**, las mismas son indispensables para nosotras, ya que a partir de ellas, podemos tener un seguimiento de cada estudiante. Además está decir que cualquier inquietud que pueda llegar a surgir, nos comuniquen.

**Las señas**



### **Actividad 1:**

- Luego de observar el video de presentación, invitamos a los Caracoles a escuchar la canción que anexamos junto a los archivos enviados.



### **Actividad 2:**

- ♥ Al finalizar de escuchar la canción, los invitamos a bailar y a disfrutar de la misma en familia.




### **Actividad 3:**


- ♥ Una vez que hayan bailado en familia, queremos solicitar la ayuda de todos los Caracoles. Les contamos a ustedes, que nosotras, las señas, tenemos una vaca, a la cual se le ha borrado todas sus manchas, por eso necesitamos de su ayuda... ¿Nos ayudarían a que esta vaca tenga de nuevo sus manchas? ¿se las pueden hacer?
- ♥ Al finalizar el archivo se encuentra anexada la imagen de la vaca, les recordamos que pueden realizar las manchas con los elementos que tengan en el hogar, ya sea fibrones, crayones, lápices, entre otros.

### **SUGERENCIA:**

- ♥ Como en esta oportunidad presentamos a los lácteos como alimentos saludables, queremos invitar a las familias en caso de que lo deseen, a realizar una receta con algún alimento que represente a los lácteos, para ello les dejamos algunas recetas...

## RECETAS:

<h1>LICUADO</h1>	
	
INGREDIENTES:	PROCEDIMIENTO:
1 vaso de leche	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Luego de seleccionar la fruta que mas deseen, la cortamos en trozos;</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 fruta a elección</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Una vez cortada la fruta, la colocamos en la licuadora junto a la leche y azúcar (en caso de ser necesario) y a licuar;</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Azúcar</b> si lo considera necesario</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¡Y listo licuado de fruta!</li> </ul>

<h1>SMOOTHIE DE BANANA Y FRUTILLA</h1>	
	
INGREDIENTES:	PROCEDIMIENTO:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 frutillas</li> </ul>	1. Limpiar y cortar las frutas;
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 banana madura</li> </ul>	2. Colocar en el freezer o congelador la fruta por dos horas como mínimo;
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 300 cc de leche</li> </ul>	3. Colocar la banana y la frutilla en la licuadora;
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 yogur firme de frutilla</li> </ul>	4. Agregar yogur, y licuar;
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Azúcar</b> si lo considera necesario</li> </ul>	5. Agregar la leche, azúcar, hielo y licuar a máxima potencia durante 2 minutos aproximadamente;
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Hielo</b> a gusto</li> </ul>	6. Colocar la mezcla en un

	vaso y a disfrutar de un riquísimo smoothie de banana y frutilla
--	--

**Lo pueden realizar con la fruta que más les guste, lo mismo con el sabor del yogur.**

<b>FLAN CASERO CLÁSICO</b>	
<b>INGREDIENTES:</b>	<b>PROCEDIMIENTO:</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• 500 cc de <b>leche</b></li></ul>	1. Calentar la leche con la mitad del azúcar hasta que rompa el hervor.
<ul style="list-style-type: none"><li>• 130 g de <b>azúcar</b></li></ul>	2. Mezclar los huevos con el resto del azúcar.
<ul style="list-style-type: none"><li>• 4 <b>huevos</b></li></ul>	3. Añadir lentamente la leche caliente a la preparación de los huevos sin dejar de revolver.
<ul style="list-style-type: none"><li>• 1 cdita de <b>esencia de vainilla</b></li></ul>	4. Incorporar la esencia de vainilla y colar.
<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Azúcar</b> para acaramelar los moldes</li></ul>	5. Verter en una flanera acaramelada y cocinar en un horno precalentado a temperatura baja (150°C) a baño María, durante 45 minutos aproximadamente.
	6. Retirar, dejar enfriar y desmoldar.



**¡Esperamos que disfruten de las actividades!**

**¡Hasta la próxima!**

**ANEXO**

