

Culinária Divertida

Produção Artística com alimentos saudáveis

Vamos montar um prato bem divertido?

Escolha alimentos bem coloridos que você tiver em casa: beterraba, cenoura, abobrinha. Cozinhe ou passe no ralador.



Pode usar folhas também.
Lave bem depois de deixar de molho em solução clorada.



Agora é só usar a criatividade.
Pode fazer carinha, bichinhos ou outra forma qualquer.



Pode usar frutas também.



Deixe a criança participar usando a imaginação.
Essa atividade estimula a alimentação saudável de uma forma bem divertida.

Tire uma foto da sua criação e compartilhe conosco.



Use a diversidade de cores e formas para que a criança aceite os alimentos de forma divertida.

