

Febrero
2025

ODS 16 PAZ, JUSTICIA E INSTITUCIONES SÓLIDAS.

"Carnaval de la Paz y la Salud"

ESCUELAS INFANTILES
MONTEMADRID

www.escuelasmontemadrid.es

Este Carnaval, celebremos no solo con alegría, sino también con un compromiso hacia la paz y la salud. Aquí van algunas ideas creativas:

"Platos de la Paz": Crea una actividad donde los niños diseñen sus propios "platos de la paz" utilizando frutas y verduras de diferentes colores. Cada color puede representar un valor como la amistad, el respeto y la justicia.

"Cocina de la Unidad": Organiza un taller de cocina donde los niños preparen recetas de diferentes países. Cada receta puede incluir un mensaje sobre la paz y la importancia de la diversidad cultural.

"Cuentos de Paz": Después de las celebraciones, organiza un tiempo para que los niños cuenten historias sobre la paz y la justicia. Acompáñenlas con una merienda saludable que fomente la conversación y el aprendizaje.

"Bailando por la Paz": Organiza una mini fiesta de baile con música de diferentes culturas. Ofrece frutas y batidos saludables como refrigerio, resaltando que la salud y la diversión pueden ir de la mano.



Celebremos el Carnaval con un enfoque en la paz, la diversidad y la salud! Que cada bocado y cada risa contribuyan a un mundo mejor.

Comparte tus dudas con nuestros dietistas: madrid@ausolan.com	PRIMEROS PLATOS	GUARNICIÓN	SEGUNDOS PLATOS	POSTRES
ALIMENTOS CONSUMIDORES EN LA COMIDA SI COMES	<ol style="list-style-type: none">1. Pasta, arroz, patata o legumbre2. Verduras	<ol style="list-style-type: none">1. Verdura2. Patata	<ol style="list-style-type: none">1. Carne2. Pescado3. Huevo	<ol style="list-style-type: none">1. Lácteo2. Fruta
SUGERENCIAS PARA LA CENA PUEDES CENAR	<ol style="list-style-type: none">1. Verduras u hortalizas crudas o cocinadas2. Arroz, pasta, patata	<ol style="list-style-type: none">1. Verdura o patata.2. Verdura	<ol style="list-style-type: none">1. Pescado o huevo2. Carne o huevo3. Carne o pescado	<ol style="list-style-type: none">1. Fruta2. Lácteo o fruta