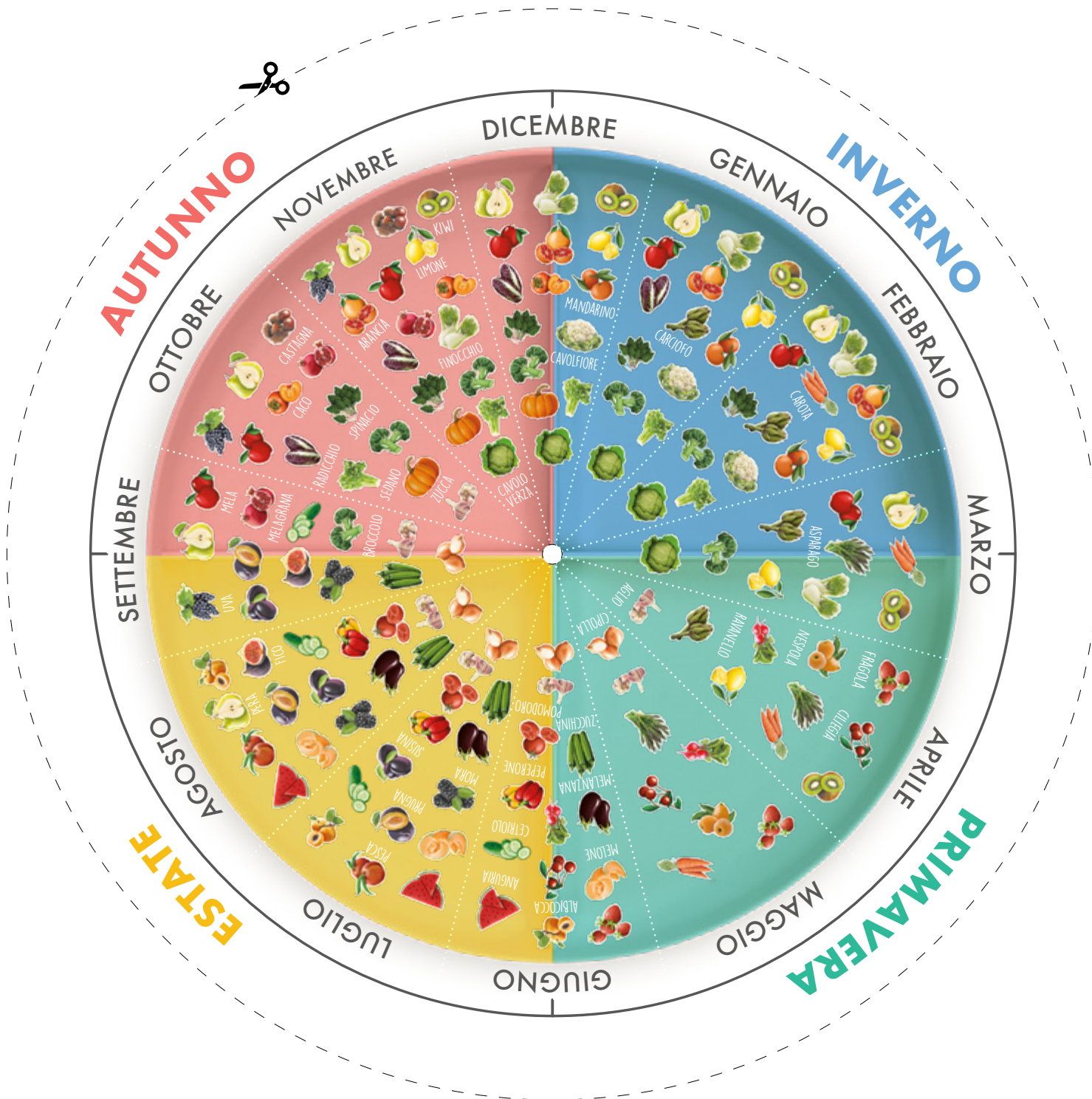


Stagionalità di verdura e frutta

Scegliere vegetali di stagione, oltre a consentirci di variare i sapori e di gustare prodotti sempre differenti nell'arco dei dodici mesi dell'anno, è anche un metodo infallibile per assicurarci una continua ricarica di nutrienti che, altrimenti, non riusciremmo a integrare in nessun altro modo altrettanto efficacemente.

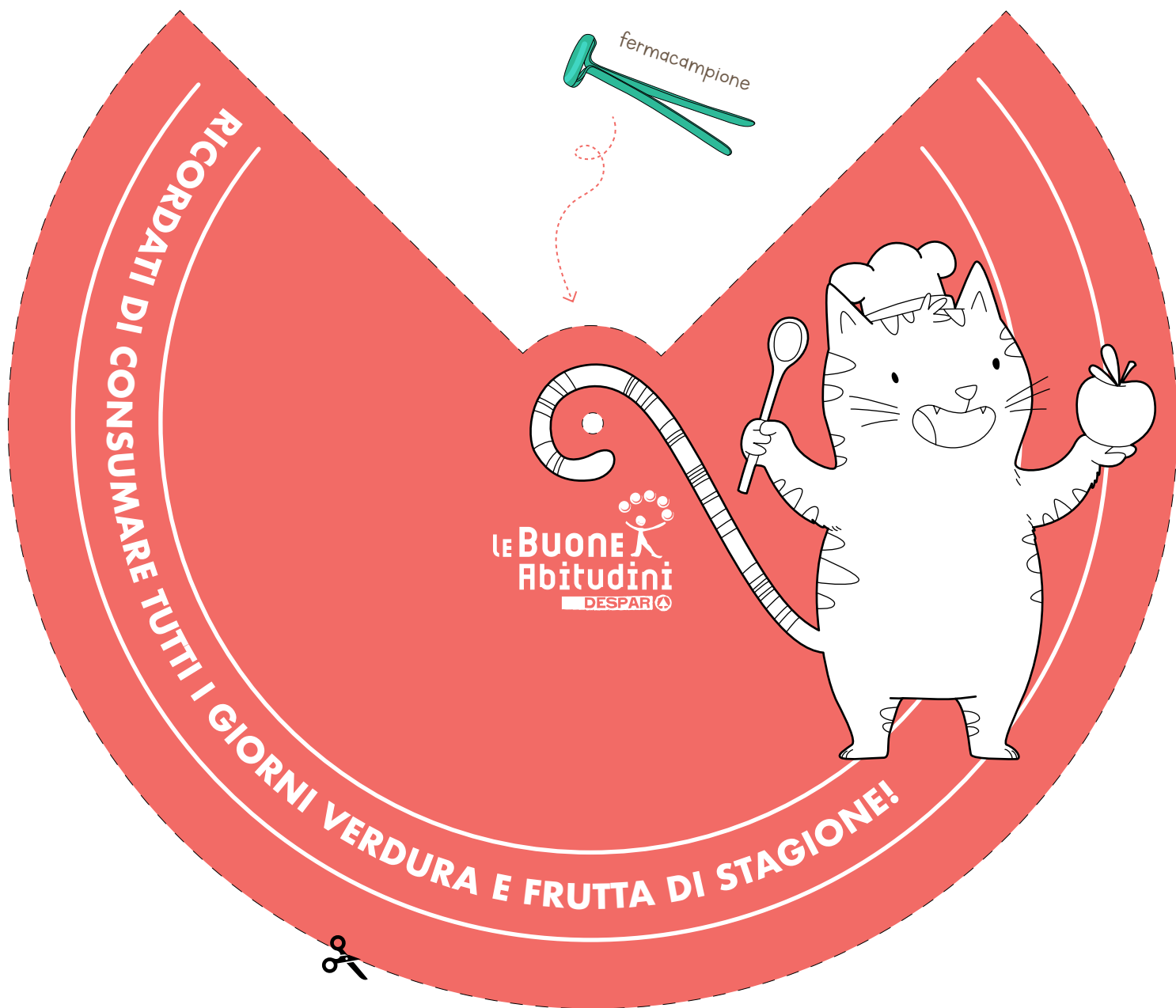
PORTA SEMPRE CON TE VERDURA E FRUTTA DI STAGIONE!
SCOPRI COME NELLA SCHEDA SUCCESSIVA.



La stagionalità indicata si riferisce al Nord-Est Italia e può cambiare in base alle varietà di verdura e frutta e alle condizioni climatiche delle regioni.

Il bambino con te può ... costruire il Calendario di Stagione

Quali verdura e frutta mettere nel carrello di stagione?
Costruisci il tuo calendario da appendere in cucina o da portare
con te quando fai la spesa!



- 1 Colora e personalizza il gatto de Le Buone Abitudini.
- 2 Ritaglia il disco colorato, il calendario della pagina precedente e incollali in un cartoncino.
- 3 Applica il disco colorato sopra il calendario, fissandolo al centro con un fermacampione.
- 4 Gira il disco per vedere i prodotti di ogni stagione.

Il consiglio in più!

Insieme divertitevi a riconoscere e nominare tutti i prodotti all'interno del calendario. La conoscenza è il primo passo per un'alimentazione varia e più consapevole!

