



GRADO:	PRIMERO	ASIGNATURA:	VIDA SALUDABLE	PERIODO	DEL 11 AL 15 DE OCTUBRE	FECHA DE ENTREGA	15 DE OCTUBRE
TEMA:	AVANCE TECNOLÓGICO DE PRODUCTOS QUE AYUDAN A MEJORAR EL PROCESO DE ELABORACIÓN DE MENÚS SALUDABLES					SEMANA	RECUPERACION 5
PROPÓSITO/APRENDIZAJE/ENFASIS							
Aprendizajes Esperados: Elaborar de manera personal, informada, libre y responsable un plan para practicar hábitos orientados hacia un estilo de vida saludable							
ACTIVIDAD							
<ol style="list-style-type: none"> 1. Visualiza el siguiente video: https://youtu.be/jTcHP-wmpVA 2. Consulta las siguientes páginas electrónicas https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/nutrition-and-healthy-eating/in-depth/menu-planning/art-20048199 https://www.cpen.cat/es/como-planificamos-un-menu-semanal-saludable/ 3. Contesta en tu cuaderno <ol style="list-style-type: none"> a. ¿Qué es la nutrición? b. ¿Qué se debe de considerar para establecer un menú nutricional? 4. Con base en lo expuesto en clase, el video, lo leído y en compañía de tus papás o un familiar, realiza lo siguiente <ol style="list-style-type: none"> a. Un platillo nutricional que incluya, ingredientes y procedimiento de elaboración b. Una tabla donde propongamos tu alimentación sana. 							
TIEMPO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES		
DESAYUNO							
COLACION							
COMIDA							
COLACION							
CENA							