

# VISITA SUPERMERCADO EROSKI

Los alumn@s de 5º EP, el miércoles 7 de marzo de 2018 participamos en el programa educativo de alimentación y hábitos saludables, organizados los supermercados Eroski. Después de trabajar en clase distintos aspectos de la alimentación, nutrición, el etiquetado de productos...hemos recalado en el Eroski de Monzón.

Nos ha recibido la Sra Teresa, encargada de Eroski de Monzón, que ha explicado la pirámide de alimentos y la importancia de las cinco comidas al día, haciendo hincapié en el desayuno.

Ha resaltado la importancia de las frutas y verduras en la dieta diaria, sobretodo frescas. A continuación, por grupos de 4 a 5 personas, realizamos una compra de los alimentos necesarios para realizar un almuerzo o cena y cada grupo explicaba por qué había elegido esos alimentos. Al final nos han preparado una mesa llena de frutas, galletas, queso, zumo ...

Cuando ya habíamos saciado el apetito nos han obsequiado con un diploma a cada uno y un bonito imán para la nevera.

**¡ GRACIAS EROSKI !**