

### **1.3.3.- La masovera se'n va al mercat**

La temporalitat dels aliments és un dels paràmetres més important de la Dieta Mediterrània, ja que en el moment precís de la seva collita, és quan els aliments són de millor qualitat, tant de sabor com a nivell nutricional. Per aquest motiu és molt important conscienciar als alumnes de la importància de la relació directe de les estacions de l'any i els aliments. Però, sabem quan és el moment per cada fruita i verdura? Amb una cançó els hi ensenyem als nens i nenes.