

2.1.2.- El supermercat

Descripció

Un cop planificat el menú, el següent pas és fer la compra. Ja sigui en el mercat, en el supermercat, o a la botiga de barri haurem de tenir en compte on trobarem cada aliment, què hem de mirar de les etiquetes, si els mateixos aliments de diferents marques són iguals, la caducitat... Tots aquests i més són els punts a tenir presents a l'hora d'anar a la compra. Posem-ho en practica!

Activitat

Amb imatges de totes les seccions d'un supermercat, descobrirem on es troben els gometes dels aliments de l'activitat anterior així com aquells que tenen grans quantitats de calories buides o sucres afegits. Tenint en compte els plats que s'han triat per a cada gomet, es planifica la compra i es fa la llista de productes que calen per poder dur-les a terme els plats en comú i es facilita als alumnes altres opcions de plats corresponents a gometes.