



Les fiches activité de

LA MAISON DE LA VACHE QUI RIT

ATELIER NUTRITION

Publics :

cycles 2, 3, 4 / centres de loisirs / séniors /
personnes en situation de handicap



Durée de l'atelier :

2h d'atelier cuisine et dégustation

Infos et réservation :

03 84 43 54 10
contact@lamaisondelavachequirit.com

dès
5
ans

À TABLE !



En complément d'une visite des espaces dédiés à la nutrition, c'est à vous de cuisiner ! En groupe nous réaliserons une recette équilibrée concoctée par un chef, mettant en pratique l'équilibre alimentaire, des sens et des saveurs. Des recettes innovantes et surprenantes vous attendent !



VISITE



Une visite orientée sur une découverte ludique de la nutrition, grâce aux tables jeux de La Maison de La Vache qui rit, permettra de comprendre les contours d'une alimentation variée et équilibrée.

À VOS FOURNEAUX



Nous réaliserons des recettes originales mettant en scène les produits du Groupe Bel. Ces recettes alliant équilibre alimentaire et plaisir du goût, ne manqueront pas de vous surprendre ! Pour la dégustation les maîtres mots sont convivialité et partage ! Les participants dresseront la table et profiteront de ce véritable rituel du vivre ensemble.

3-5 ans : Vinaigrette de Vache qui rit / Smooth'Kiri.
Enjeux : éveil du goût / saveurs primaires / identifier les aliments

6-10 ans : Tomate surprise / Tartelette pêche Kiri.
Enjeux : identifier les bases d'une alimentation équilibré / identifier les catégories alimentaires

10 ans et plus : Burger au Boursin / Fondant au chocolat cœur passion Kiri.
Enjeux : éducation au goût / se faire plaisir

Retrouvez les recettes : <http://www.lamaisondelavachequirit.com/restauration/le-mur-des-recettes/>

Thèmes abordés : nutrition, alimentation, équilibre alimentaire, éducation au goût.