



# De la Semilla a la Mesa

NUTRICIÓN

- Que los niños/as y adolescentes reciban una alimentación equilibrada, suficiente y acorde con los requerimientos nutricionales propios de su edad.
- Que los niños y adolescentes aprendan a elaborar comidas saludables apropiándose de un saber valioso para su propia nutrición y como una posible opción laboral futura.



## Las acciones

- Elaboración diaria de cuatro comidas
- Obtención de los insumos necesarios para la elaboración del menú
- Taller de Huerta para niños y adolescentes
- Taller de cocina en dos niveles (niños y adolescentes)
- Coordinación de menús entre las casas y la Escuela con la colaboración de una nutricionista

Crece la vida, crece tu corazón,  
Tu sed de amor y tu agua de amar  
Crece el fueguito del don de tu libertad  
No temas sus llamitas ni yo voy a asustarme  
Crece tu necesidad de erguirte,  
de andar tu paso, de ir esterando caminos  
(E. Meana).

