



Hoja de trabajo de nutrición del jardín

Nombre de planta: _____

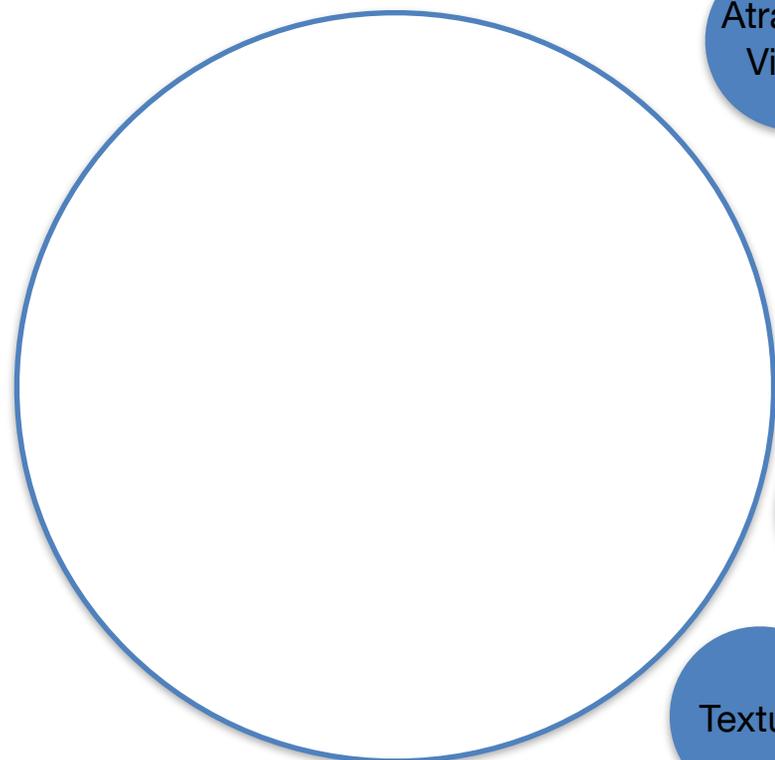
Origen de la planta	Dibujo de planta	¿Quién trajo esta planta a Colorado?	¿Cómo preparar la planta que elegiste?
Vitaminas	Minerales	Fibra (si/no/mucho/un poco)	Beneficios para la salud



ACTIVIDAD DE CRÍTICO GASTRONÓMICO

Seleccione una nueva fruta o verdura para probar. Pruebe la comida y califíquela en función del atractivo visual, el olor, el sabor y la textura utilizando una escala del 1 al 5, donde 5 es el mejor.

DIBUJA COMIDA AQUÍ



Atractivo Visual

Olor

Sabor

Textura

1 2 3 4 5

1 2 3 4 5

1 2 3 4 5

1 2 3 4 5

TOTAL: _____

PUNTAJE TOTAL



Cómelode nuevo?

SI NO



¡Cuéntame más sobre tu planta elegida! Escriba sus respuestas en un cuaderno o hable sobre ellas con un compañero de clase o un familiar.

Usando tus 5 sentidos:

Describe el olor y el sabor de tu planta.

¿Viste algún cambio durante el proceso de cocción?

¿Cómo se sintió en tu boca?

¿Qué sonido hizo cuando le dio un mordisco?

Cuando cocinó su planta, describa lo que notó.

Si comió su planta cruda, ¿qué notó?

¿Te recordó a otro alimento que hayas probado en el pasado?

¿Qué pensamientos le vinieron a la mente cuando comió su planta?

¿Qué te preguntas de esta planta?