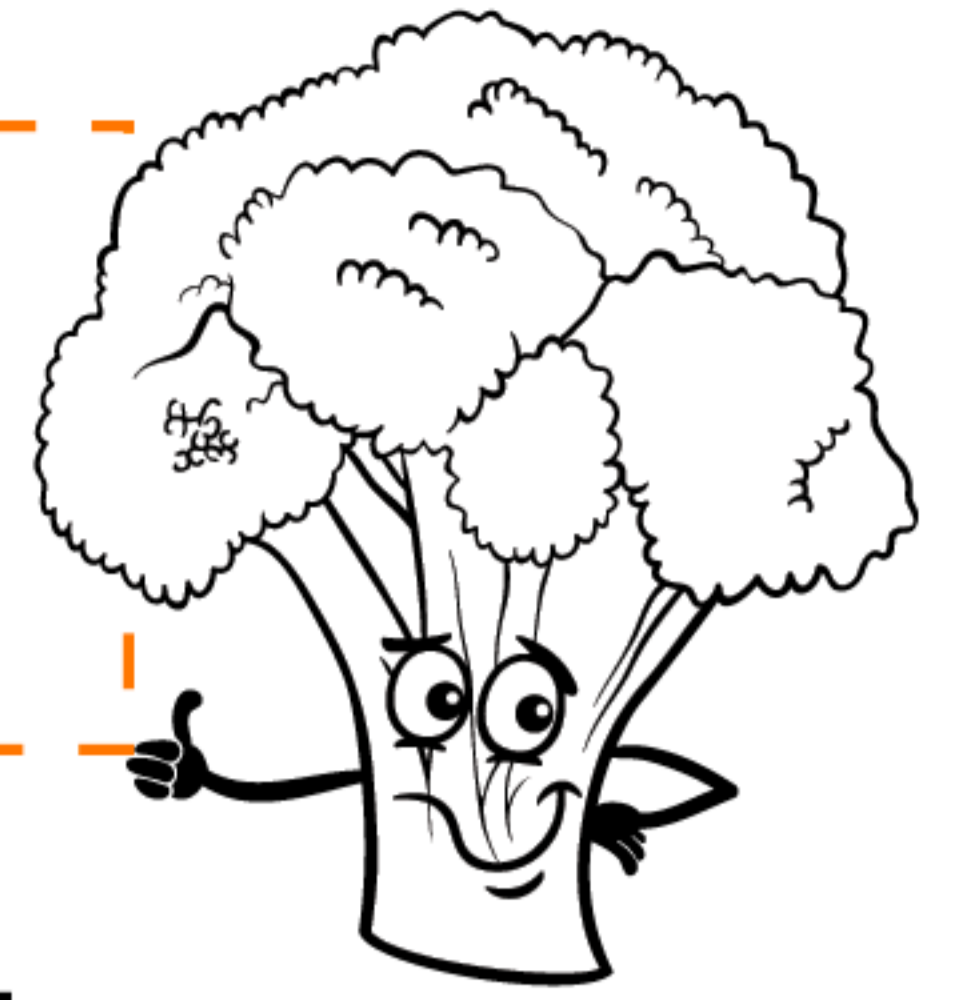


# VERDURE A COLORI

SE OGNI GIORNO MANGI ALMENO 2 PORZIONI DI VERDURA, IL TUO CORPO È CONTENTO. MEGLIO SE SONO DI COLORI DIVERSI!



- RIORDINA LE SILLABE E SCRIVI I NOMI DELLE VERDURE.

DO PO RI MO →

.....

RA NEL VA LI →

.....

ROSSO

VERDE

BIANCO

RO PE NI PE →

.....

CA TE RO →

.....

VERDE

GIALLO-ARANCIO

BLU-VIOLA

NE CHI ZUC →

.....

RA A SPA GI →

.....

BLU-VIOLA

VERDE

ROSSO

- CERCHIA LA VERDURA DI COLORE BLU-VIOLA.

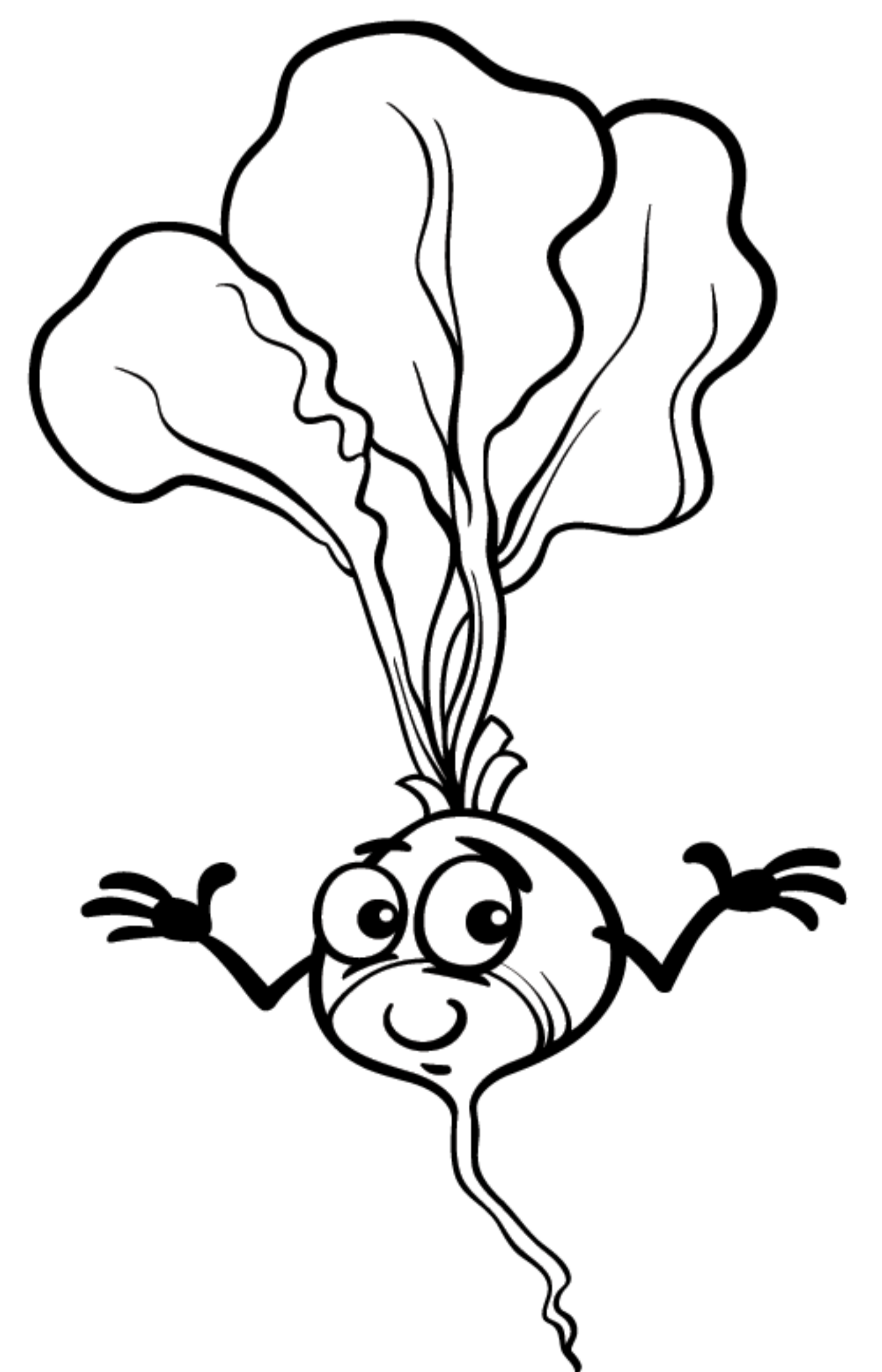
RADICCHIO

FINOCCHIO

SEDANO

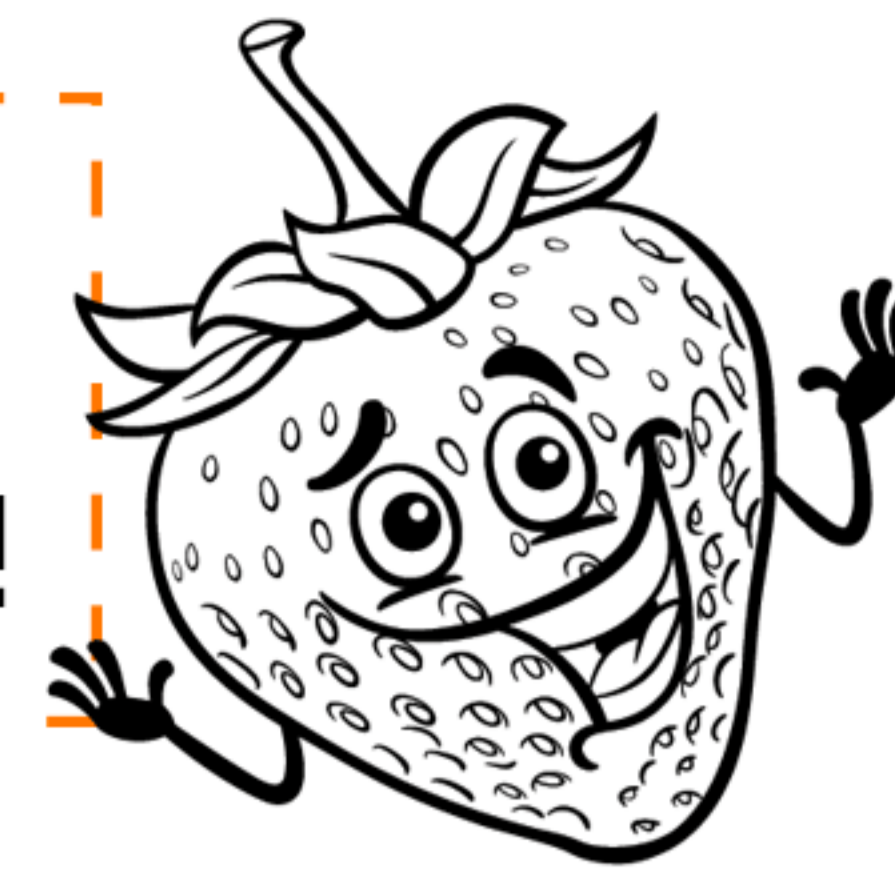
CAVOLFIORE

MELANZANE



# FRUTTA A COLORI

SAI CHE IL CORPO È CONTENTO SE MANGI ALMENO 3 PORZIONI DI FRUTTA AL GIORNO? ANCORA MEGLIO SE SONO DI COLORE DIVERSO!



• RIORDINA LE SILLABE E SCRIVI I NOMI DELLA FRUTTA.

NO RI MAN DA →

.....

BI AL CA COC →

.....

BLU-VIOLA

VERDE

GIALLO-ARANCIO

LA GO FRA →

.....

GIA CI LIE →

.....

VERDE

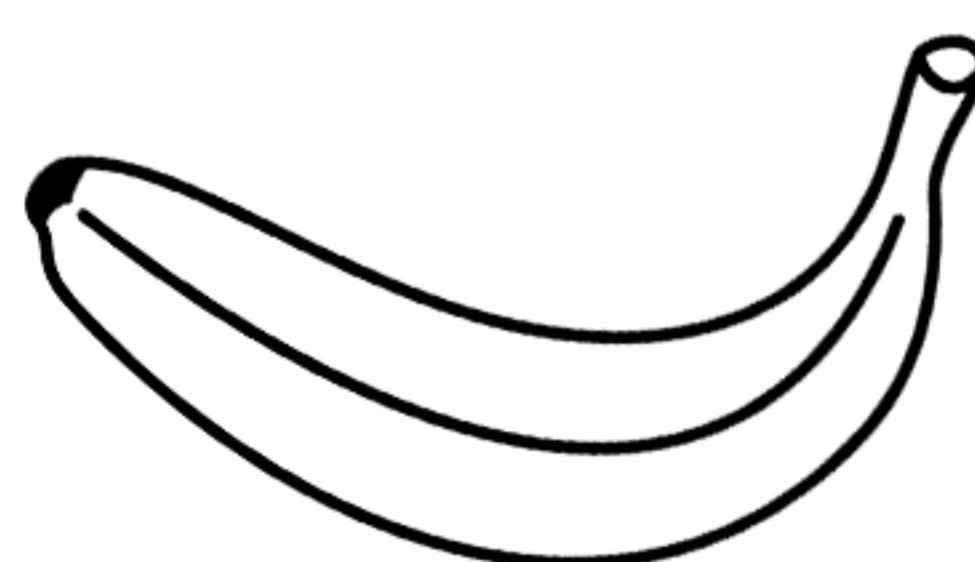
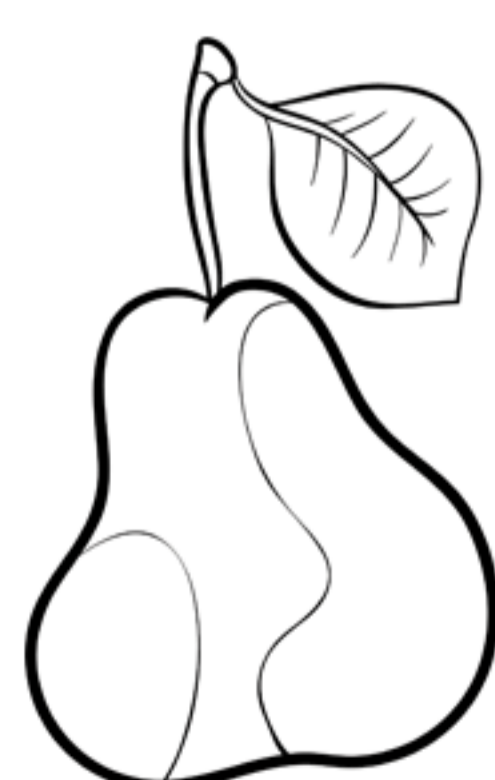
BIANCO

ROSSO

• SCRIVI SOTTO I DISEGNI I NOMI DEI FRUTTI E SCOPRI A QUALE GRUPPO DI COLORE APPARTENGONO!



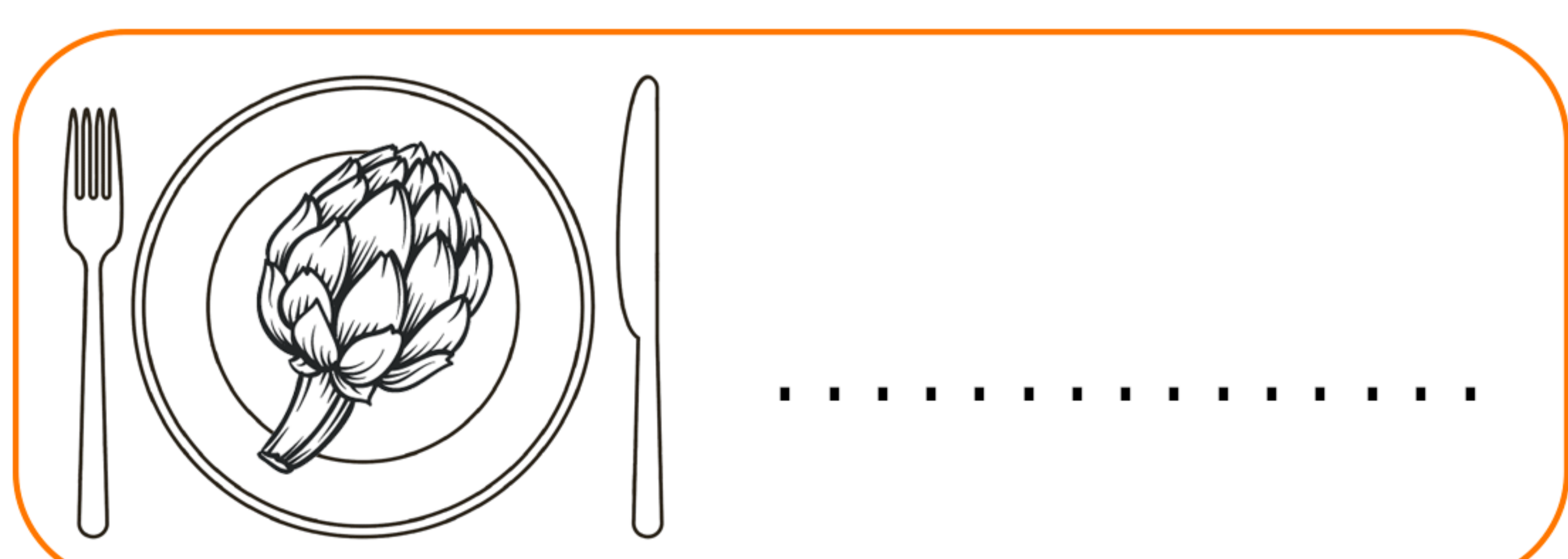
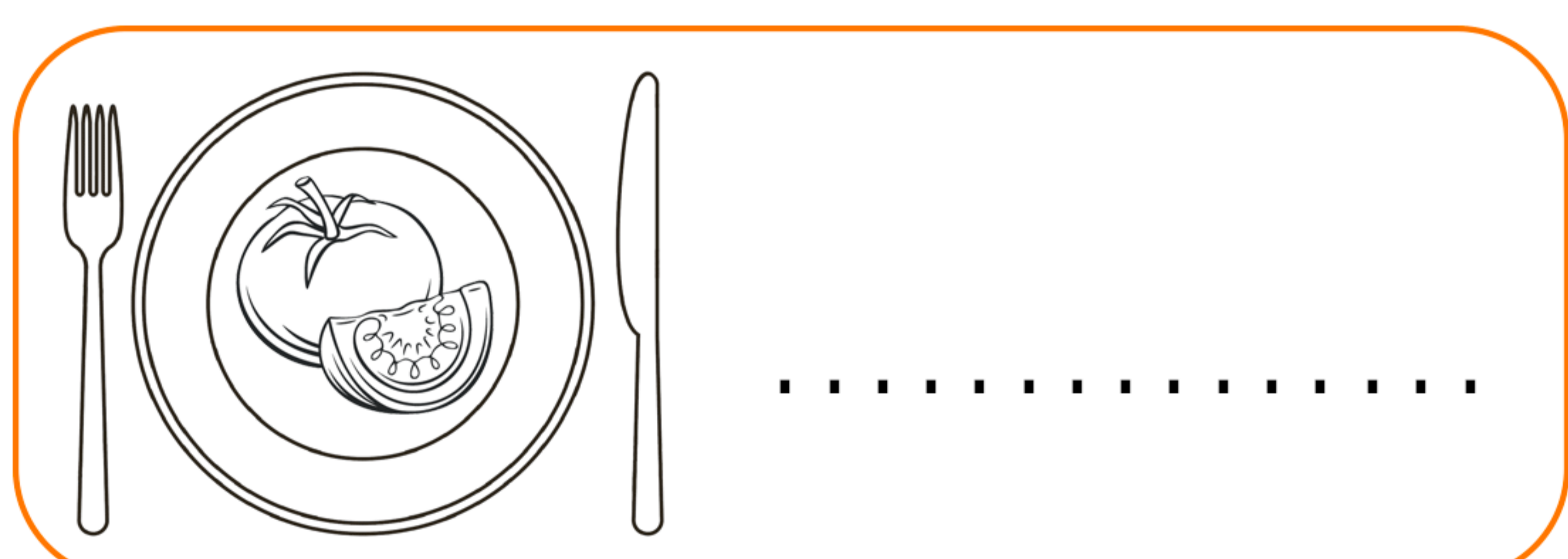
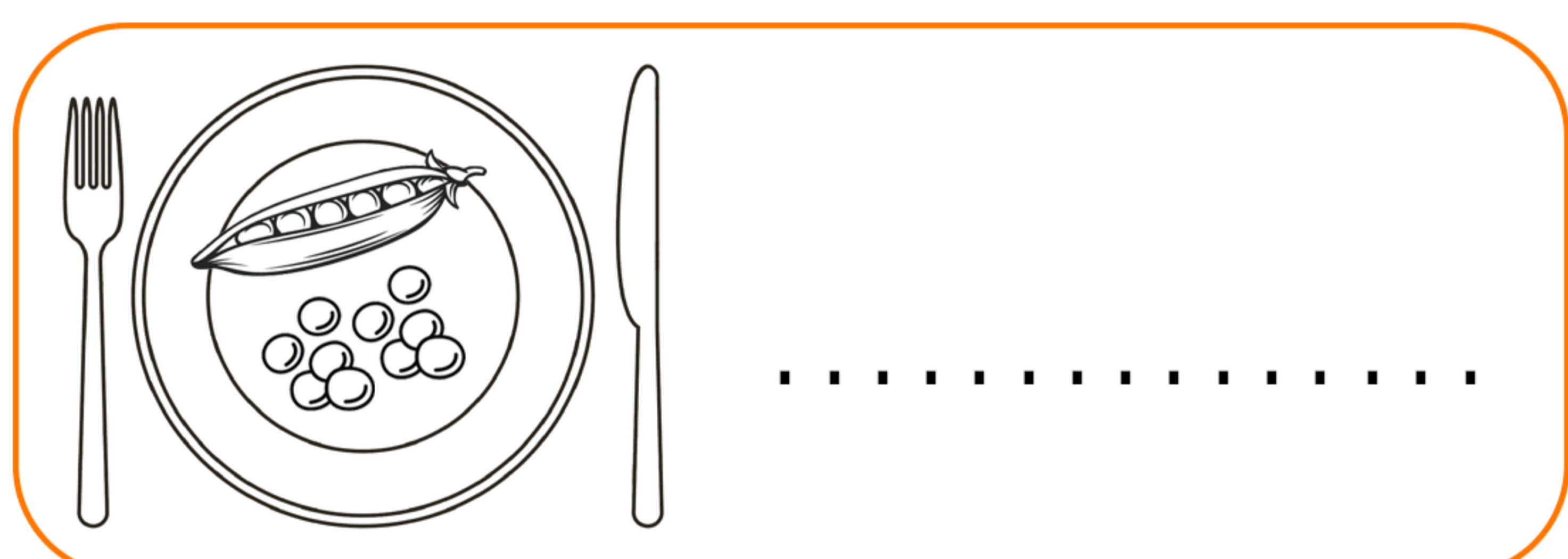
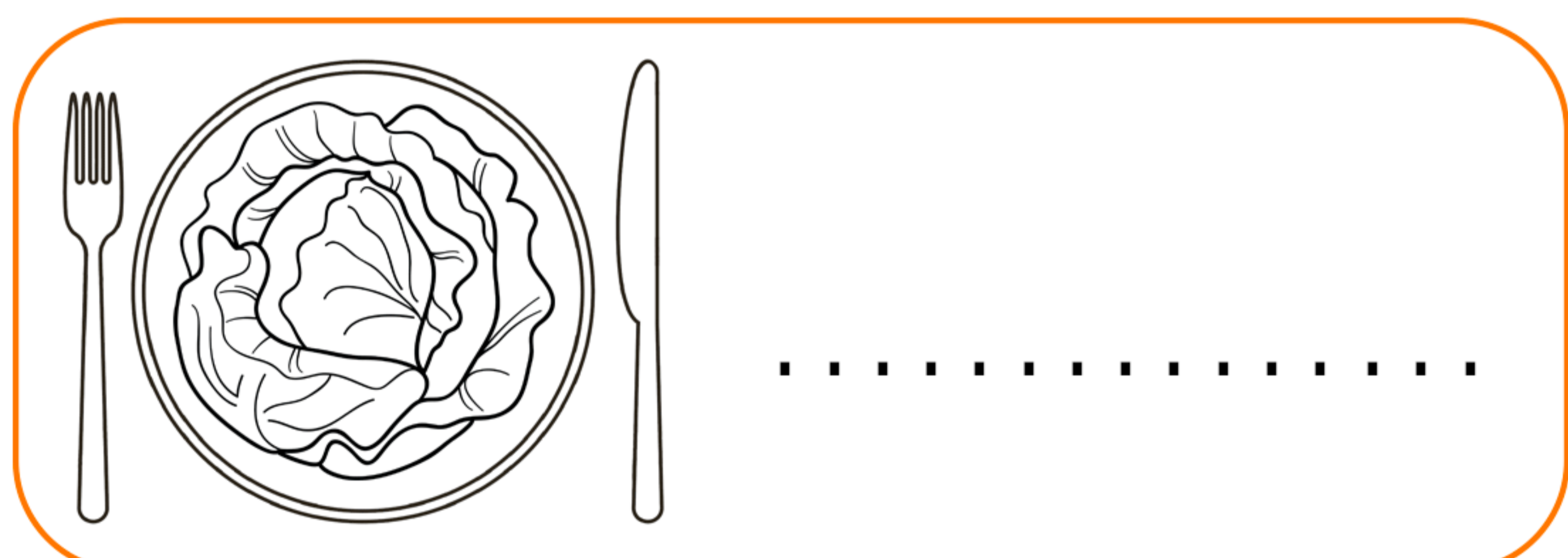
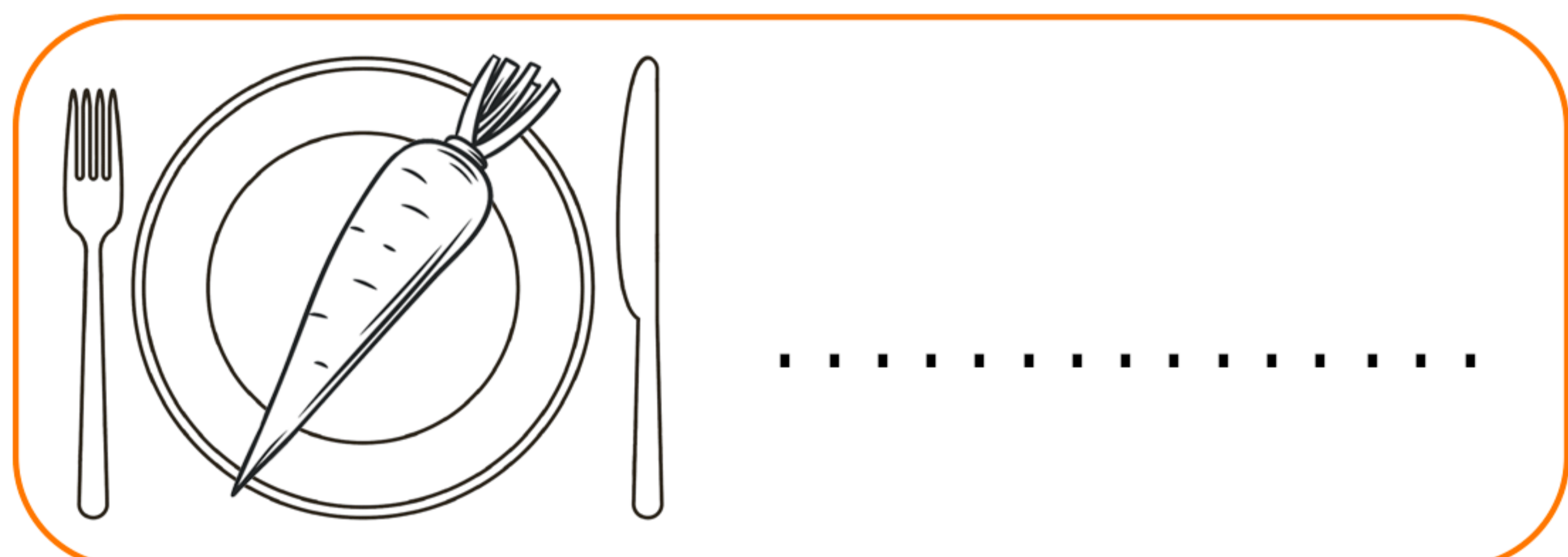
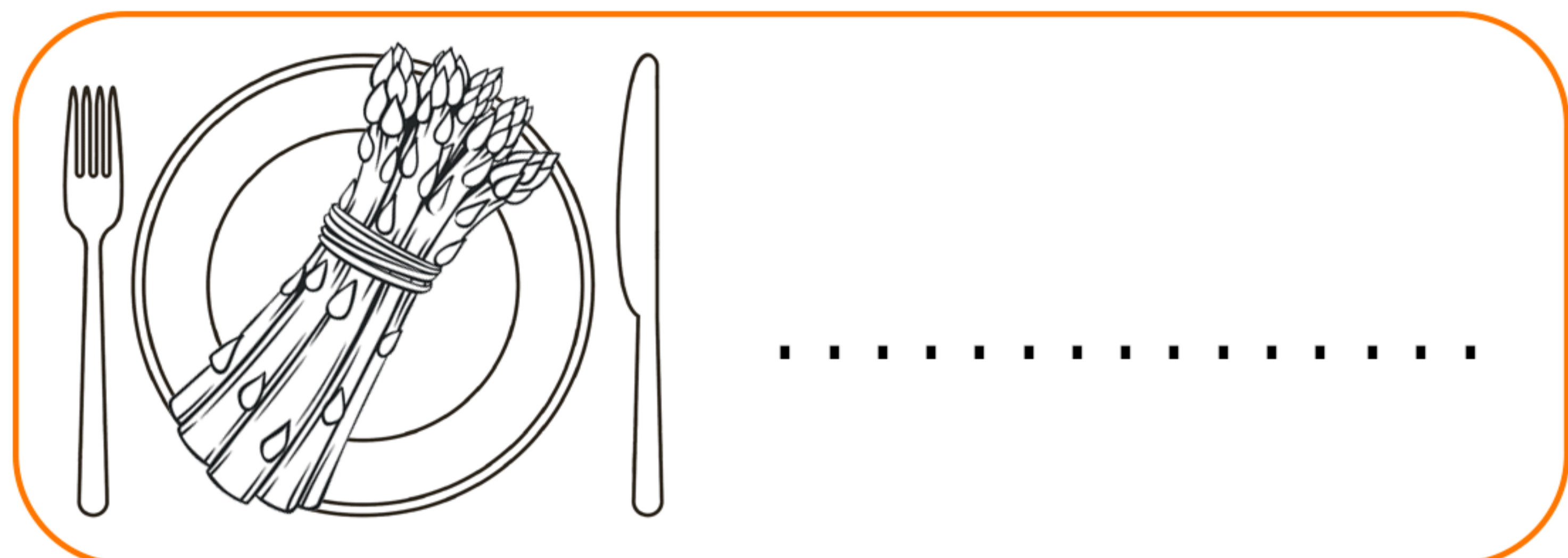
GRUPPO  
BLU-VIOLA



GRUPPO  
BIANCO

# COSA C'È NEL PIATTO?

- SCRIVI I NOMI DEGLI ORTAGGI, VICINO AI DISEGNI. POI SEGUI LA FRECCIA E SCOPRI QUALE PARTE DELLA PIANTA MANGI!



FIORE

FRUTTO

RADICE

FOGLIE

SEME

GAMBO

# TANTI O POCHI?

- QUANTE VOLTE AL GIORNO O ALLA SETTIMANA FA BENE MANGIARE QUESTI ALIMENTI? SEGNA LA RISPOSTA CORRETTA.

## FRUTTA

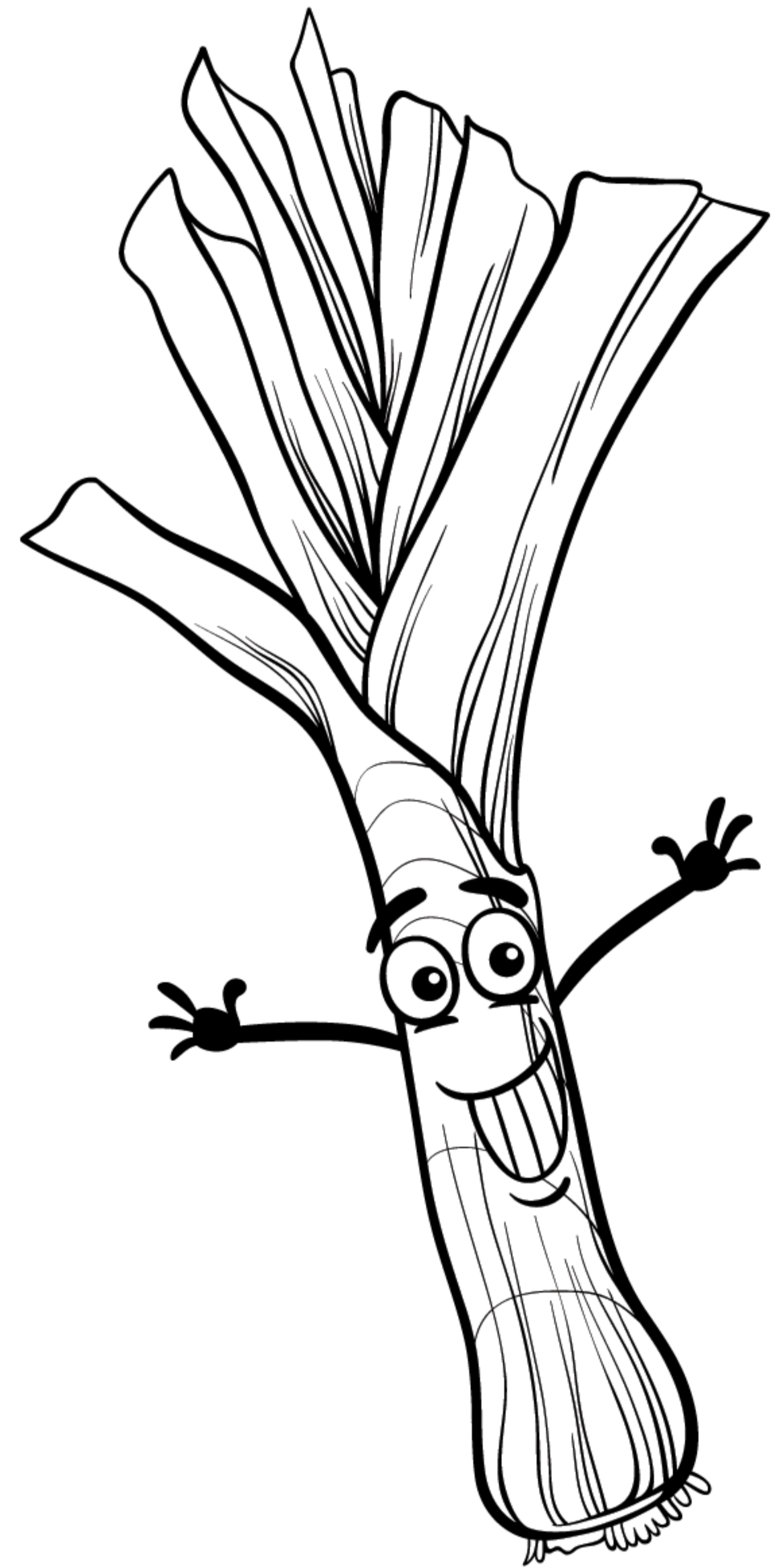
- TUTTI I GIORNI
- UNA VOLTA ALLA SETTIMANA

## VERDURA

- TUTTI I GIORNI
- UNA VOLTA ALLA SETTIMANA

## PANE, PASTA, RISO, PATATE

- UNA O DUE VOLTE AL GIORNO
- UNA VOLTA ALLA SETTIMANA



- SOTTOLINEA I DUE ALIMENTI CHE NON CONTENGONO ZUCCHERO.

UOVA

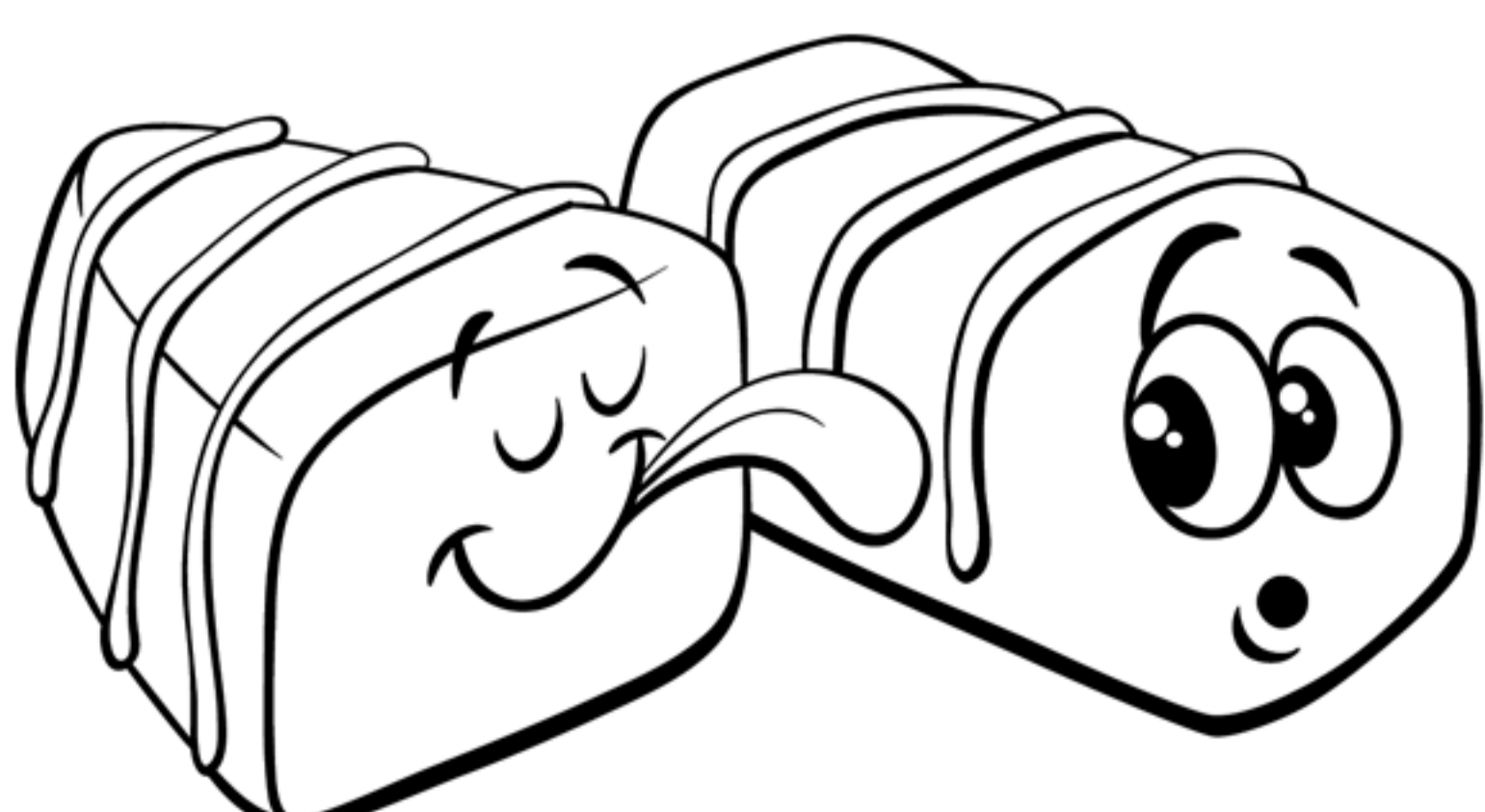
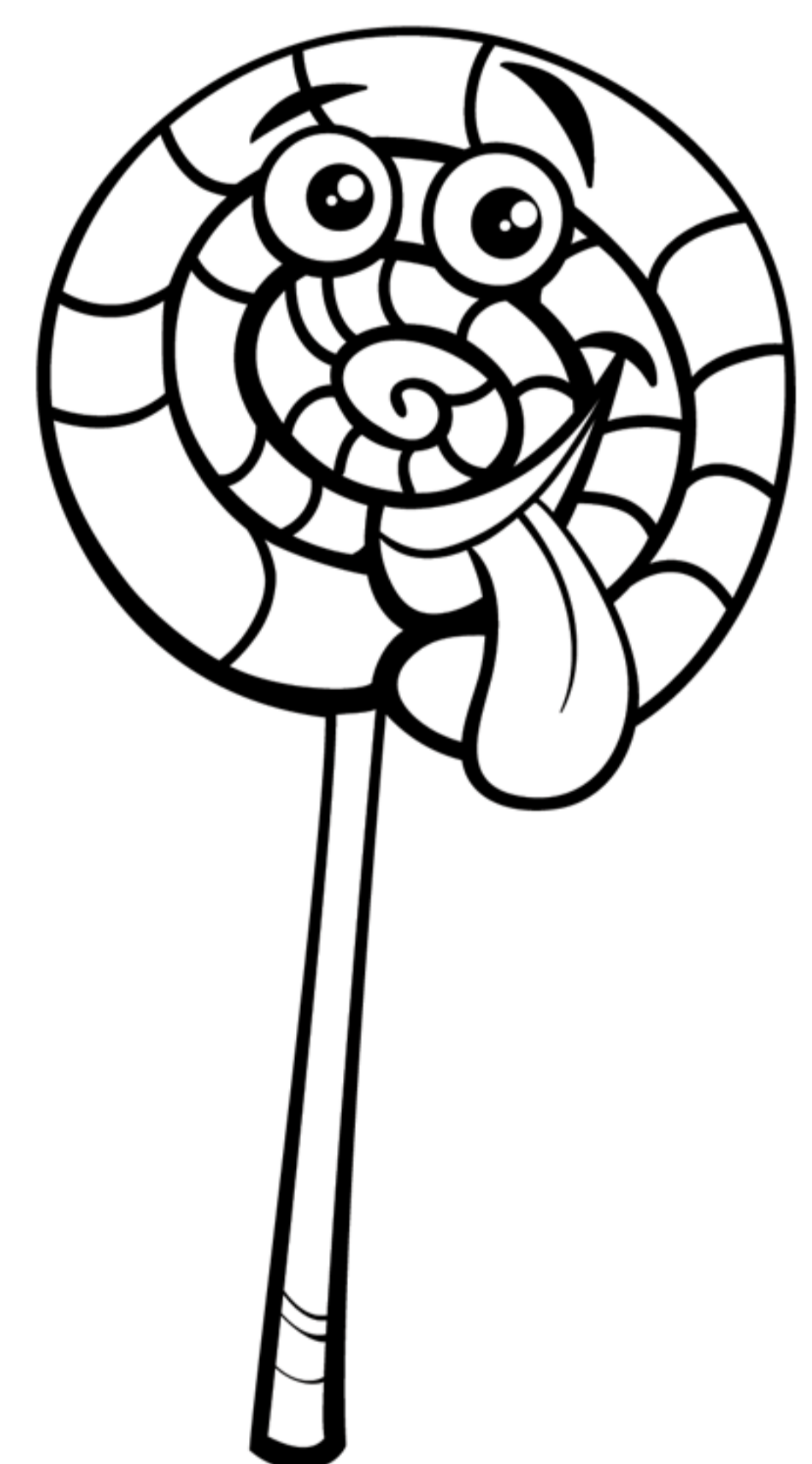
TÈ FREDDO

SUCCHI DI FRUTTA

CARNE

MERENDINE

BIBITE GASSATE



MANGIARE TROPPI ALIMENTI ZUCCHERATI  
NON FA BENE AL TUO CORPO!

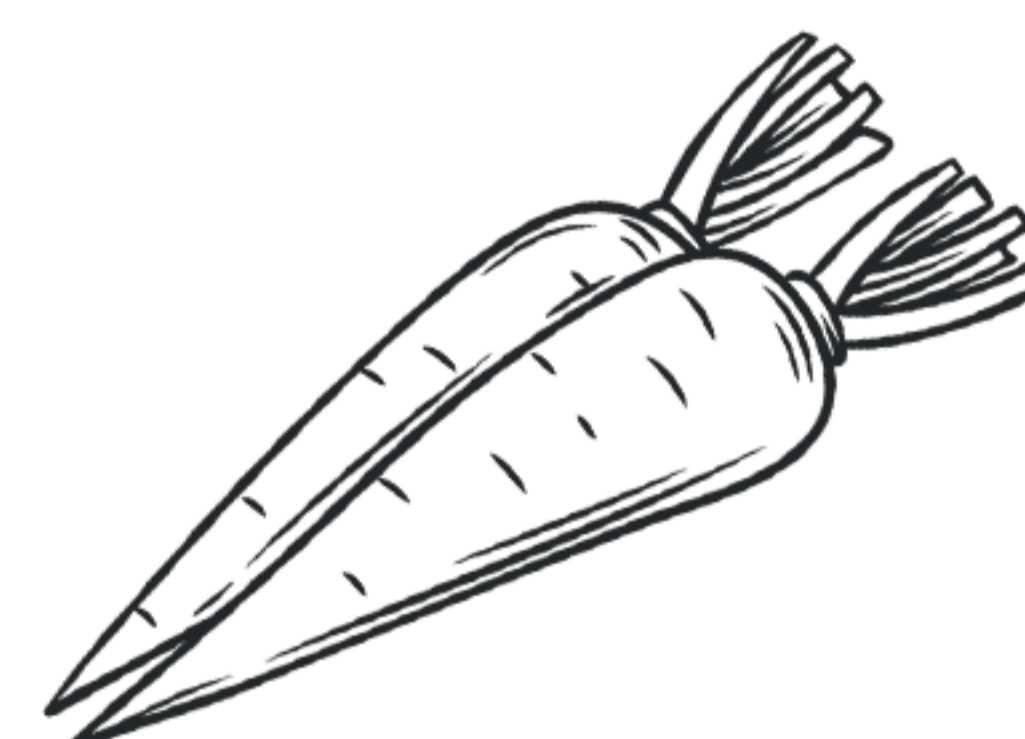
# CIBI E STAGIONI

- SCRIVI IL NOME DI OGNI CIBO E COLORA QUELLI CHE TI PIACCONO DI PIÙ.

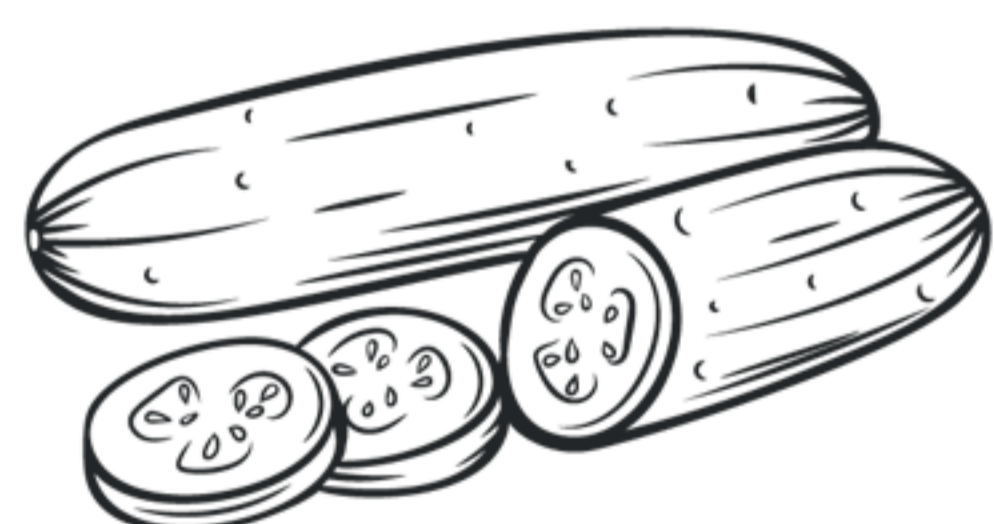
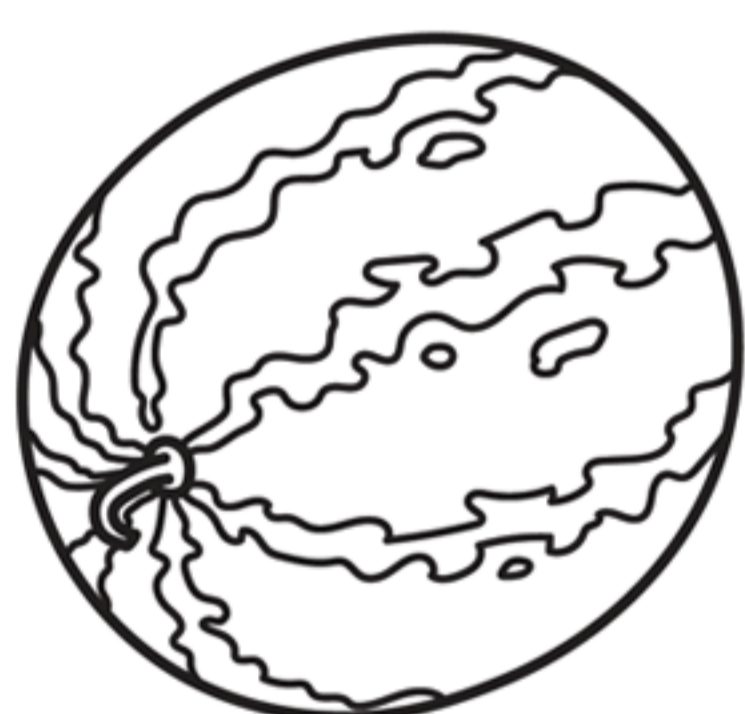
## AUTUNNO



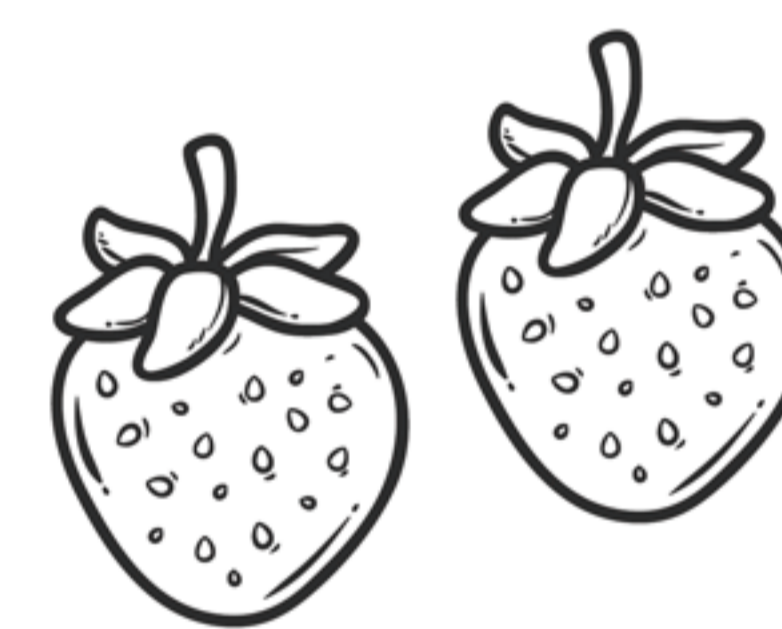
## INVERNO



## ESTATE



## PRIMAVERA



AL TUO CORPO FA BENE MANGIARE FRUTTA  
E VERDURA FRESCHE E DI STAGIONE.  
TI PIACCONO LE SFIDE? PROVA AD ASSAGGIARE  
ALMENO UN TIPO DI FRUTTA O VERDURA CHE  
NON HAI MAI MANGIATO!