



Taller: Cocina creativa

PROFESOR: Iris Sandoval Barretos

OBJETIVOS

Que el alumno al finalizar el curso pueda preparar platillos de cocina saludable y conocer cómo esta influye en los nuevos regímenes de alimentación.

TEMAS

- Características e importancia de la cocina saludable en los hábitos de hoy en día.
- Plato de buen comer y los grupos alimenticios.
- Práctica culinaria (platillos más representativos).

MATERIALES

Diversas herramientas de cocina disponibles en la institución.

DÍAS Y HORARIOS

Jueves de 4 a 6 p.m.

CUPO MÁXIMO

8 alumnos

EDAD

8 a 15 años