

ABRIL 26

ESCUELAHOSTELERIALARIOJA.COM



EN EL CAMINO

CAMINO®
SANTIAGO
C.I.P.F.P. / HOSTELERÍA Y TURISMO

Personas colaboradoras:

Asmae Bensarya 1º GB
Juan David Castillo Valencia 1º GB
Hilary Jezabel Cuero Ospina 1º GB
Jeremy Aarón Escuderos Tonato 1º GB
Isis García Crespo 1º GB
Carlos Andrés Giraldo Amor 1º GB
Sergio David Granados Meléndez
1º GB
Antonio Hernández Echeverría 1º GB
Mar Lafuente Cabezón 1º GB
Erik Alexánder Matos Cuevas 1º GB
Yasser Mehdi 1º GB
Soulaïman Messbahi 1º GB
Katerin Sarahi Oliva Morales 1º GB
Nhoa Prosmi Salsedo 1º GB
Ionut Alexandre Tudor 1º GB
Sanobi Ezequiel Yanes 1º GB

Aritz Ernesto Almario Jaramillo 2º GB
Yassir Bentaouyt Zekri 2º GB
Erik Cardaba Calderón 2º GB
Marco Corral Granado 2º GB
Andrés Eguizábal Galiana 2º GB
Jingou Gou 2º GB
Wendy Yesenia San Martín Pérez 2º B
Paula Terroba Medrano 2º B
Nicol Valeria Urrea Martínez 2º B

Agradecimiento al profesorado:

Isabel Barrio Lafuente
María Dolores Fraile Sáenz
Óscar Fernández Gutiérrez
Ángela García Fernández
Patricia García Prieto
Sara Gómez Murillo
Sandra María Hernández Abad
María Martínez Sáez
María Medrano Velandia

EN EL CAMINO



ÍNDICE

TIEMPO DE COCINA.....	1
APRENDER CON LAS MANOS.....	3
GREAT BRITISH RECIPES.....	4
THE JOKE.....	5
VIAJE A LA CONVIVENCIA.....	7
PROYECTO CEHS.....	9
DÍA INTERNACIONAL DE LA MADRE TIERRA.....	14
DESPERDICIO DE ALIMENTOS.....	16
VISITA CASA RURAL.....	18
EXCURSIÓN A JUBA.....	19
SEGURIDAD DIGITAL.....	21
DEPARTAMENTO FOL.....	23
RINCÓN LITERARIO.....	24
PASATIEMPOS.....	25

TIEMPO DE COCINA

Crumble cookies

Ingredientes:

- 200gr mantequilla
- 100gr azúcar blanco
- 100gr azúcar moreno
- 1 huevo
- 320 gr harina
- 1 cucharadita de levadura en polvo
- Esencia de vainilla

Elaboración:

- Batir la mantequilla y el azúcar hasta que blanquee
- Incorporar el huevo y la esencia de vainilla y unificar
- Añadir la harina y la levadura en polvo
- Ahora viene lo entretenido, hacemos un relleno de lo que queramos, chips de chocolate, oreos, azúcar con canela...
- Troceamos e incorporamos a la masa. Damos forma de círculos, pero ancho ya que se expanden un poco
- Horneamos a 170°C durante 15 min



Empanada de pollo

Ingredientes:

- Masa de empanada (que se ha puesto en anteriores ediciones)
- Pollo (2pechugas para mayor facilidad, pero puedes aprovechar (4) muslos, contra muslos, etc.)
- 200 gr Setas, champiñones a preferencia
- 1 cebolla
- Leche
- Harina

Elaboración:

- Hacemos la masa de empanada
- Troceamos el pollo en dados
- Troceamos las setas o champiñones
- Picamos en brunoise la cebolla
- Cocinamos muy bien la cebolla, luego añadimos las setas y una vez todo cocinado añadimos el pollo hasta que quede cocinado
- Echamos una cucharada de harina, solo queremos que nos espese un poco la leche, tostamos.
- Añadimos la leche poco a poco, no queremos que quede muy líquido, pero sí que quede jugoso.
- Extendemos la masa de empanada y rellenamos con la mezcla de pollo, setas y cebolla
- Cerramos y pintamos con huevo
- Horneamos a 200 durante 25 minutos

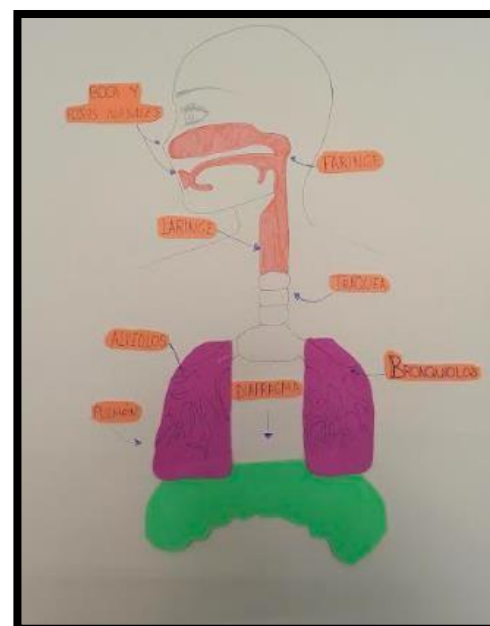
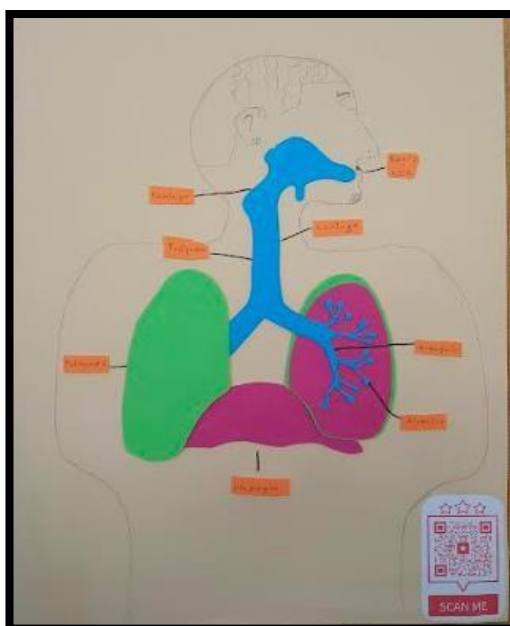
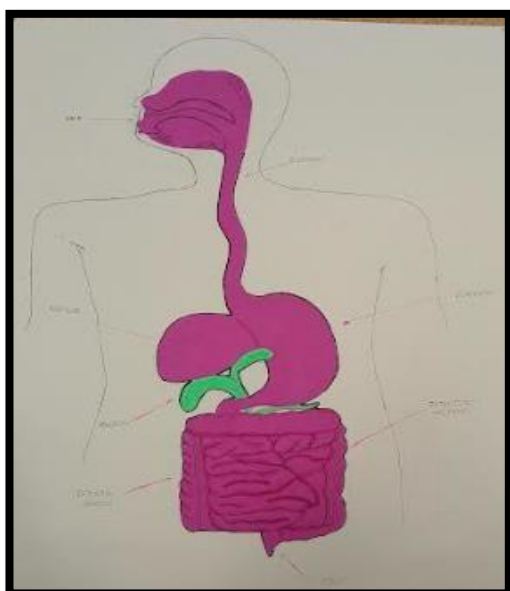


APRENDER CON LAS MANOS: VIAJANDO POR EL CUERPO HUMANO

A lo largo de las últimas semanas, los alumnos de 1º F.P.G.B. se han dedicado a explorar el cuerpo humano, investigando, diseñando y dando forma a los aparatos digestivo y respiratorio mediante la elaboración de maquetas.

Este proyecto les ha permitido conocer cómo respiramos y cómo obtenemos la energía de los alimentos, pero también les ha ayudado a fomentar su curiosidad científica y la capacidad de aprender de forma visual y práctica.

El resultado de las maquetas es una pequeña exposición llena de color, que nos recuerda la necesidad de conocer y cuidar nuestro cuerpo.



GREAT BRITISH RECIPES: coronation chicken sandwich



Ingredients

- **300 g cooked chicken** - cooked chicken with the skin removed, as it will become slimy in the sandwich. I've used a combination of breast and leg meat for flavour and just pulled the chicken into bite sized shreds with my fingers.
- **1 tablespoon coriander** - (cilantro) a must with a curry but leave it out if you prefer.
- **2 tablespoon mango chutney** - use whichever type you prefer. If it has large pieces of mango then cut them smaller.
- **2 teaspoon curry powder** - mild curry mix.
- **1 tablespoon sultanas**
- **Mayonnaise** - plain mayonnaise or reduced fat.
- **1 tablespoon almonds** - flaked blanched almonds for added crunch.
- **8 slice bread** - this is a generous sandwich so use some white crusty bread.
- **1 tablespoon butter** - salted butter - optional, as the mayonnaise keeps the sandwich moist. However, if you are making coronation chicken sandwiches in advance the butter will act as a barrier to protect the bread from becoming too moist.

Instructions

1. Put the mayonnaise, sultanas, curry powder, flaked almonds and mango chutney into a bowl and mix.
2. Stir the chicken into the mayonnaise.
3. Chop the coriander.
4. Butter the bread and divide the chicken between the 4 slices.
5. Sprinkle over the coriander.
6. Add the top bread layer and serve.

THE JOKE

1º Y 2º DE FPGB

WHY WON'T THE ELEPHANT USE THE COMPUTER?

- A) Because elephants don't like technology
- B) Because "mouse" means animal and computer device
- C) Because computers are noisy
- D) Because elephants are slow



WHICH ARE THE STRONGER DAYS OF THE WEEK?

- A) Because weekends are longer
- B) Because "weak" and "week" sound the same
- C) Because weekdays are boring
- D) Because people rest

WHICH RUNS FASTER, HOT OR COLD?

- A) Because heat moves fast
- B) Because cold is slow
- C) Because "cold" means temperature and illness
- D) Because people run in summer





WHAT IS A ROBOT'S FAVORITE SNACK?

- A) Because robots eat a lot
- B) Because "chips" means food and microchips
- C) Because robots like potatoes
- D) Because computers are hungry

WHY DID THE TOMATO TURN RED?

- A) Because tomatoes are red
- B) Because dressing means clothes and sauce
- C) Because salads are funny
- D) Because tomatoes are shy



RESPUESTAS: 1B-2B-3C-4B-5B

VIAJE A LA CONVIVENCIA



Este mes vamos a hablar de las “aulas de convivencia”, como una alternativa al castigo tradicional, donde promover el dialogo, la mediación, autorreflexión y el autocontrol emocional.

Estos espacios forman parte del plan de convivencia de La Rioja, regulado por el Decreto 39/2025, de 26 de agosto, del cual cabe destacar la figura del coordinador, la importancia de las estrategias de prevención y los protocolos de actuación ante conflictos, además de la importancia de la participación de toda la comunidad educativa.

Para la puesta en marcha de un aula de este tipo, son necesarios tener en cuenta, a modo orientativo, una serie de criterios de funcionamiento:

- a) Criterios y condiciones para que un alumno se incorpore al aula de convivencia.
- b) Procedimiento de incorporación
- c) Actuaciones que se van a desarrollar en el aula de acuerdo a los criterios pedagógicos establecidos en el proyecto educativo.
- d) Procedimiento de comunicación a las familias de esta acción.
- e) Perfil del profesorado que atenderá el aula.

También es necesario establecer una serie de condiciones previamente establecidas como:

- A. Reincidencia de un alumno en actitud y conducta
- B. Número de veces que un alumno/a puede ser derivado a aula de convivencia.
- C. Número máximo de días.
- D. Horas al día de atención en el aula.
- E. Número máximo de alumnos/as que pueden atenderse simultáneamente.

CONVIVENCIA

Los **objetivos principales** de un aula de convivencia son los siguientes:

- a) Habilitar un espacio que proporcione al alumnado las condiciones necesarias para reflexionar sobre su conducta contraria a las normas de convivencia, su comportamiento en determinados conflictos y sobre cómo afecta todo ello al desarrollo de las clases.
- b) Posibilitar el que aprendan a responsabilizarse de sus propias acciones, pensamientos, sentimientos y comunicaciones con los demás.
- c) Contribuir a desarrollar actitudes cooperativas, solidarias y de respeto.
- d) Posibilitar que el alumno o alumna se sienta competente emocionalmente y en la realización de ciertas tareas.
- e) Reconstruir y favorecer su autoestima y autocontrol.
- f) Ayudarle a adquirir una buena disposición hacia las tareas escolares.
- g) Resolver los conflictos de manera pacífica desde el diálogo y la reflexión.
- h) Compensar las deficiencias que impiden a algunos alumnos o alumnas su integración escolar.
- i) Educar para la vida, potenciando las relaciones interpersonales de cada alumno o alumna, es decir, para su integración satisfactoria en la comunidad.
- j) Mejorar la vida académica y personal del alumno o alumna.

Algunas de las situaciones que se pueden dar a la hora de enviar a un alumno al aula de convivencia son:

- a. Un alumno/a está muy nervioso/a y no puede controlar su conducta ni gestionar sus emociones.
- b. Dos estudiantes tienen un problema grave y necesitan hablar en un sitio tranquilo.
- c. Un alumno o alumna necesita unos minutos para desconectar y luego volver a clase y seguir atendiendo,
- d. Está triste o siente frustración y necesita un espacio de tranquilidad para hablar y contar lo que le pasa o simplemente descansar.
- e. Se ha impuesto una medida correctiva y este es el espacio para cumplirla.
- f. Un o una maestra necesita hablar con un compañero o compañera de algo que ha sucedido.
- g. O necesita calmarse un rato por algo que ha sucedido.

Espero que con estas líneas hayáis podido haceros una idea de lo que significa y el porqué de la existencia de estos tipos de aulas en los centros educativos.





El 17 de abril se llevó a cabo la “Confint escolar 2026” en nuestro centro, dinamizados por el profesorado y alumnos que han participado este curso en el “CEHS”.

Francisco-Luis Ferreras Vicente, coordinador CEHS del centro, hizo las labores de maestro de ceremonias durante la apertura de la “Confint 2026”, habló sobre el desarrollo del evento y las partes del mismo, e hizo un resumen del trabajo realizado a lo largo del curso por el alumnado participante del proyecto y los aspectos más importantes del mismo.



PROYECTO CEHS

En la segunda parte de la Confint, cada uno de los grupos que formaban el CHES, expusieron al resto del alumnado que acciones se han decidido llevar a cabo tras los diagnósticos realizados, estas fueron las siguientes:

- ❖ Territorio: crear espacios de encuentro.
- ❖ Consumo: problemática con los horarios del transporte para ir al centro.
- ❖ Comunidad: dinámicas encaminadas a mejorar el bienestar y malestar emocional en el alumnado.
- ❖ Salud: mejorar las relaciones interpersonales.



PROYECTO CEHS

Una vez que el alumnado escuchó todas las acciones propuestas, mediante grupos dinámicos, seleccionaron aquella que va a representar al centro en la “Confint Rioja 2026”, mediante votación y debate. La seleccionada fue del ámbito de la salud, para crear espacios de convivencia, entre los que se encuentra el “huerto escolar”, la instalación de un buzón de la convivencia, además de promover y llevar a cabo acciones relacionadas con los hábitos de vida saludable y la reutilización de residuos generados en el centro.



PROYECTO CEHS

Durante la “confint escolar” se ofreció al alumnado “almuerzo saludable”, que consistía en frutas variada: manzanas, plátanos y mandarinas”, el cual fue un éxito y se consumió la mayoría de la fruta. Todo el residuo generado fue reutilizado para compost y alimento de ganado caprino.

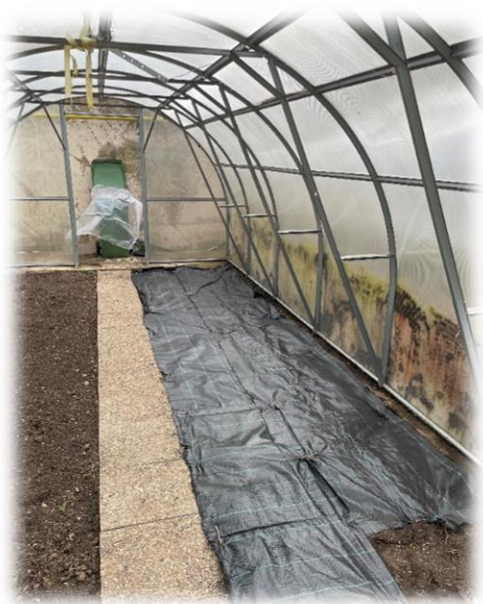


La última parte de este intenso día, consistió en la elección de la representación del centro en la “confint escolar 2026”, elegida entre el alumnado participante del CEHS, tras una dura y reñida votación, aquí os dejamos unas fotos de los seleccionados, que tendrán el honor de representar al centro y disfrutar de ese día con diferentes alumnos de varios centros educativos de La Rioja: Sara, Alejandro, Hugo, Junior (ecodelegado) y Lucía.



PROYECTO CEHS

Os dejamos unas fotos de la puesta en marcha y plantación de las primeras variedades de lechugas, fresas, tomates... en nuestro huerto/invernadero escolar, para el siguiente mes os mostraremos como han ido creciendo.



22 ABRIL “DÍA INTERNACIONAL DE LA MADRE TIERRA”



Cada 22 de abril se celebra el día mundial de la madre tierra, con el objetivo de concienciar a la humanidad sobre el cambio climático, la contaminación y la importancia de la conservación de la biodiversidad, además del suelo.

Los orígenes de este día se remontan al año 1968, promovido por el “Servicio de salud pública de Estados Unidos”, cuando tuvo lugar una conferencia medioambiental promovida por Morton Hilbert, a la que asistieron estudiantes de todo el país.

Tras muchas manifestaciones y protestas a favor de la causa, en 1972, se celebró la primera conferencia internacional sobre el medio ambiente, la famosa “Cumbre de la tierra en Estocolmo”.

El año 2026 se celebra la 56ª edición, y el lema es el siguiente “Nuestro Poder, Nuestro Planeta”. Surge de la petición de cientos de miles de personas para consolidar una alianza global para actuar, innovar e implementar medidas de protección del medio ambiente entre todos: empresas, gobiernos y ciudadanos.

Objetivos:

- ❖ Crear conciencia Ambiental.
- ❖ Impulsar el desarrollo sostenible.
- ❖ Frenar el cambio climático.
- ❖ Restaurar determinados ecosistemas.
- ❖ Fomentar la acción global.
- ❖ Armonía con la naturaleza.

22 DE ABRIL

DIA INTERNACIONAL DE LA MADRE TIERRA

22 de abril
Día internacional de la Madre Tierra.
se celebra desde 1970 con el objetivo de
concientizar a la humanidad sobre los
problemas por la sobrepoblación, la
contaminación, la destrucción del hábitad,
la falta de recursos naturales, entre otros.



Más de 42,100 especies, es decir, el 28% de
las especies evaluadas hasta hoy están
amenazadas.

- 41% Anfibios
- 36% Arrecifes de coral
- 21% Reptiles
- 37% Tiburones y rayas
- 34% Coníferas
- 27% Mamíferos
- 28% Crustáceos
- 13% Aves
- 69% Cícadas



¿Cómo podemos cuidar la Madre Tierra?

Reciclar, reducir y reutilizar los materiales plásticos.
cuidar el agua,
reducir el uso de envases que no sean biodegradables,
reforestar, usar baterías recargables,
apagar las luces cuando no las
necesitemos, usar focos LED, evitar
comprar y utilizar productos en aerosol.



Los cambios en el planeta se evidencian en
la temperatura, lluvias, y demás fenómenos
naturales.
Cada día y con pequeñas acciones podemos
contribuir al cuidado de los recursos natura-
les y disminuir la contaminación
del planeta.

Necesitamos un cambio hacia una
economía más sostenible tanto para las
personas como para el planeta.



DESPERDICIO DE ALIMENTOS

Uno de los grandes problemas de la humanidad en la actualidad es el desperdicio de alimentos, se estima que cada año un tercio de los alimentos producidos en el mundo para consumo humano no llega a ningún plato. En España se tiran unos 7,7 millones de toneladas de alimento cada año, distribuidos de la siguiente manera:

- 42% en el hogar.
- 39% en fase de fabricación.
- 14% en la restauración.
- 5% en la distribución.

A nivel estatal en el 2025 se aprobó la “Ley 1/2025, de 1 de abril, de prevención y de las pérdidas y el desperdicio alimentario”, que obliga a toda la cadena alimentaria a minimizar el desperdicio de comida. Exige planes de prevención, prioriza la donación de excedentes sobre su eliminación, obligando a restaurantes a ofrecer la comida sobrante sin coste.

Para WWF España (World Wildlife Fund for Nature), a través del colectivo “LeySinDesperdicio”, crearon un decálogo de medidas:

1. Producir solo lo necesario.
2. Cuantificar el desperdicio en todas las fases de la cadena alimentaria.
3. Es importante medir, como se desperdicia, para adecuar las soluciones a cada situación.
4. La rebusca o espiguelo en los campos de cultivo como mecanismos para reducir el desperdicio.
5. Precisar las definiciones clave de manera objetiva.
6. Medir las pérdidas y el desperdicio alimentario debe ser una acción obligatoria.
7. Que la ley recoga sanciones, junto acciones pedagógicas y medidas que faciliten su cumplimiento.
8. La administración debe jugar un papel importante en la vigilancia.
9. La ley debe marcar plazos para su desarrollo e instrumentos para puesta en marcha.
10. Crear un espacio de participación para todos los actores involucrados.

Por último, os dejamos algunos consejos para evitar el desperdicio:

- ❖ Adopte una dieta más saludable y sostenible.
- ❖ Compre solo lo que necesita.
- ❖ Elija frutas y hortalizas feas.
- ❖ Almacene los alimentos con sensatez.
- ❖ Comprenda la diferencia entre “consumo preferente” y “caducidad”.
- ❖ Valore las sobras.
- ❖ Haga uso de los alimentos desperdiciados.
- ❖ Apoye a los productores de alimentos locales.

Beneficios de reducir la pérdida de alimentos

- 1**
Aumenta la disponibilidad de alimentos
- 2**
Refuerza la productividad y el crecimiento económico
- 3**
Reduce las emisiones de gases de efecto invernadero
- 4**
Reduce la presión sobre las tierras y los recursos hídricos
- 5**
Logra sistemas agroalimentarios más resilientes y sostenibles

VISITA CASA RURAL

Los alumnos de 2º de GAT (Grado superior en gestión de alojamientos turísticos) visitaron la casa rural “El Hayedo de los sueños”, regentada por una madre y su hija, que se encuentra en Quintanar de Rioja.

La característica principal del alojamiento es que todas las estancias están pintadas y decoradas a mano por Susana Garay, con diferentes temáticas en cada habitación. Además de ofrecer otros tipos de servicios para los huéspedes.

El motivo de la visita fue dar a conocer este tipo de alojamiento, como se gestiona y otras dudas que tuvieran los alumnos respecto al mismo. Os dejamos unas fotografías de ese día.



EXCURSIÓN A JUBA

Los alumnos de 2º GAT y 1º y 2º de PRC han visitado la empresa JUBA de Santo Domingo de La Calzada, empresa dedicada a la fabricación de guantes y ropa de trabajo. Han conocido de primera mano cómo funciona la logística de su almacén y como afrontan la sostenibilidad desde la empresa, todo ello de la mano de su gerente Rebeca Moneo.

Os dejamos unas fotos de ese día:





SEGURIDAD DIGITAL

La cruz roja ha vuelto al centro para impartir una charla a nuestros alumnos de 1º FPB sobre la “seguridad digital”. Los objetivos de la misma son los siguientes:

- Adquirir competencias digitales que les permitan realizar acciones cotidianas.
- Entender que estas competencias básicas en seguridad se pueden aplicar a dispositivos diversos: ordenadores, móviles inteligentes, tabletas...
- Conocer que es la ciberseguridad y los ciberdelitos) ataques, riesgos y vulnerabilidades.
- Conocer formas básicas de garantizar la ciberseguridad en diferentes dispositivos.
- Aprender a navegar de forma segura.
- Saber protegernos y defendernos de los ataques del mundo digital.

A nivel estatal tenemos el **INCIBE** (instituto nacional de ciberseguridad), que ofrece servicios orientados a fomentar el uso seguro de las tecnológicas por parte de niños/as y adolescentes a través de la iniciativa “internet segura for Kids” (IS4K).



Este servicio ofrece ayuda a educadores, familia y jóvenes:

- ❖ **Educadores:** ofrece material didáctico para trabajar la ciberseguridad y uso seguro y responsable con el alumnado, la ciberconvivencia, diferentes acciones formativas y pautas para el trabajo docente.
- ❖ **Familias:** información sobre mediación parental, preguntas que surgen en las familias, herramientas de control parental, pactos y vales de tiempo para el día a día, información sobre APPS además sobre redes sociales y diferentes acciones formativas.
- ❖ **Jóvenes:** mediante iniciativas de los propios niños y adolescentes que pueden ayudar en la creación de un internet más seguro, con un uso responsable y buscando oportunidades positivas para crear, participar y compartir contenidos útiles para todos.



guía de **SEGURIDAD ONLINE**

1 SIEMPRE PIENSA:  Todo lo que publiques en la red se quedará para siempre y no podrá ser borrado.

2  **NO COMPARTAS TU CONTRASEÑA!**
¡Manténla en secreto!

3 SIEMPRE FINALIZA TU SESIÓN: 
Antes de apagar la computadora. 

4 MANTÉN TUS DATOS EN PRIVADO 
Como dirección, o teléfono.

5 RESPETA A LOS DEMÁS 
Se responsable con tus comentarios y opiniones.

6  **UTILIZA UN APODO O UN ALIAS**
Que sólo conozcan tus amigos o familia.

7 NO ACEPTES SOLICITUDES DE DESCONOCIDOS! 
Tampoco establezcas contacto con ellos, ni compartas tus datos.

8 SIEMPRE SÉ CONSCIENTE DE TU HUELLA DIGITAL 

9 REvisa SIEMPRE LAS CONDICIONES DE PRIVACIDAD 
De sitios donde te registres.

10 TÚ TAMBIÉN TIENES VOZ. 
Denuncia si encuentras algo inadecuado.

CONSTRUYENDO EL FUTURO DESDE HOY: ORIENTACIÓN, DECISIONES Y OPORTUNIDADES

En el módulo de *Itinerario Personal para la Empleabilidad (IPE)*, nuestro alumnado de primer curso del Grado Básico en Cocina y Restauración está dando pasos firmes hacia algo mucho más importante que aprobar unos contenidos: está empezando a diseñar su propio futuro profesional.

Durante estas semanas, estamos trabajando dos bloques fundamentales que conectan directamente con la realidad que encontrarán fuera del aula: los *itinerarios académicos y profesionales en el entorno sociolaboral actual* y la *búsqueda de empleo*. Dos temas que, aunque puedan parecer teóricos en un primer momento, son en realidad herramientas prácticas para la vida.

En el primero de ellos, el alumnado ha descubierto que no existe un único camino, sino múltiples opciones que se adaptan a intereses, capacidades y circunstancias personales. A través del uso de la aplicación **FP La Rioja**, han podido explorar de manera autónoma las distintas posibilidades formativas, entender cómo se estructura la Formación Profesional y visualizar oportunidades reales dentro del sector de la hostelería y más allá. Esto les permite conocer todas las opciones y tomar decisiones con mayor seguridad.



En cuanto al tema de la *búsqueda de empleo*, hemos comenzado con el visionado de un vídeo que ha servido como punto de partida para entender la importancia de cursar un Grado Básico. Lejos de ser un camino secundario, esta formación constituye una puerta de acceso directa al mundo laboral y una base sólida para seguir creciendo profesionalmente.

A lo largo de las próximas sesiones, el alumnado aprenderá cómo enfrentarse al proceso de búsqueda de empleo de forma activa y organizada. Trabajaremos técnicas de búsqueda, desde las más tradicionales hasta las más actuales, así como el uso de herramientas digitales que facilitan el acceso a ofertas laborales. Entre ellas, utilizaremos la página www.vuelarioja.es un recurso clave para acercarse al mercado de trabajo de manera práctica y realista.



Pero más allá de conocer herramientas, el objetivo principal es que cada estudiante sea capaz de diseñar su propio *plan de acción*: definir metas, identificar pasos concretos y desarrollar una actitud proactiva.

Desde el aula de IPE queremos lanzar un mensaje claro: **cada decisión cuenta, cada esfuerzo suma y cada paso**, por pequeño que parezca, **acerca al objetivo**. El futuro profesional no empieza cuando se termina el ciclo; empieza ahora, en cada clase, en cada actividad y en cada reflexión.

Seguimos cocinando algo más que platos: estamos preparando profesionales con criterio, motivación y capacidad para construir su propio camino.

RINCON LITERARIO

COME TÚ MISMO LA FRUTA

- En cierta ocasión se quejaba un discípulo a su Maestro:
«Siempre nos cuentas historias,
pero nunca nos revelas su significado»
- El Maestro le replicó:
«¿Te gustaría que alguien te ofreciera fruta
y la masticara antes de dártela?».

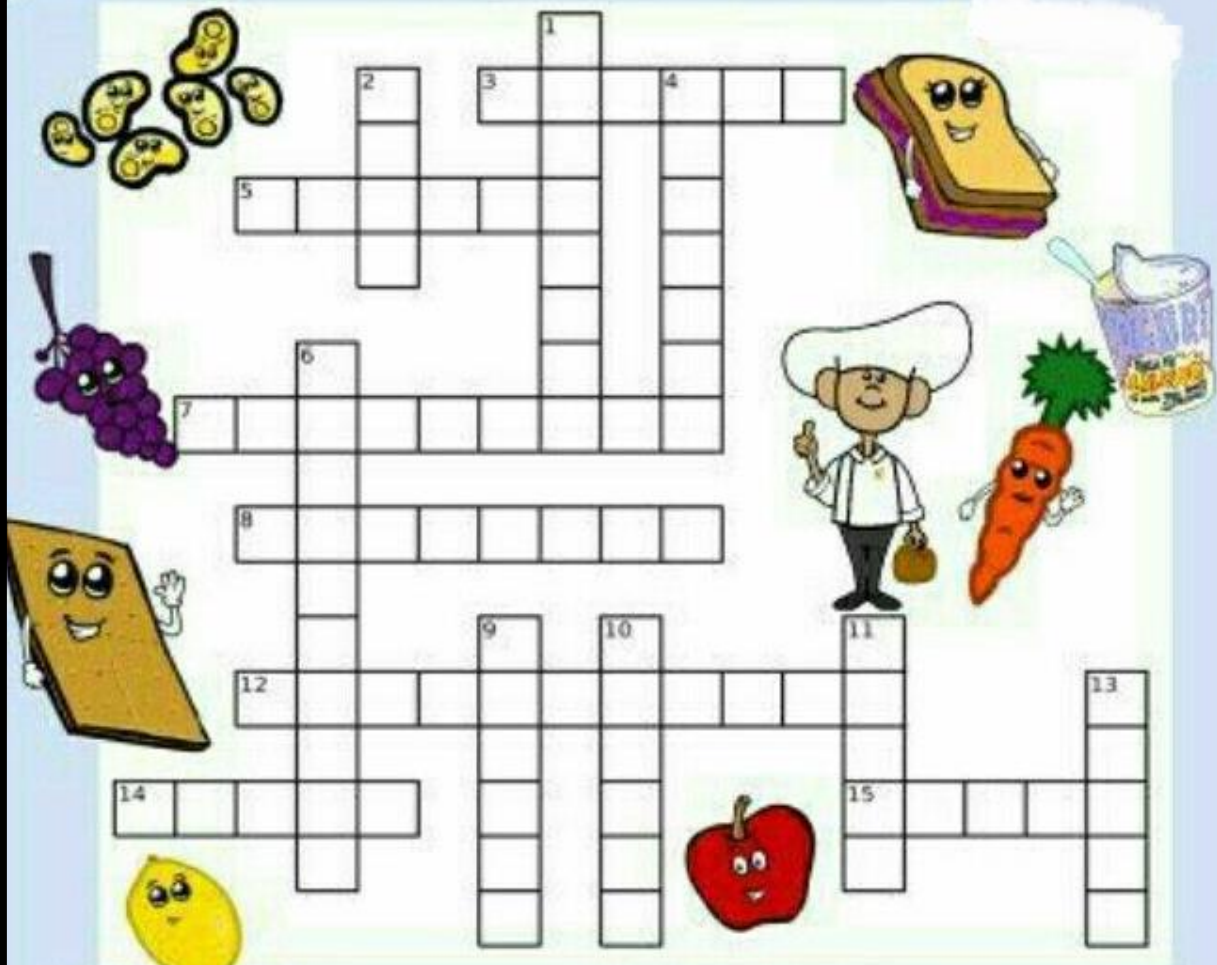
Fin



Moraleja:

Nadie puede descubrir tu propio significado en tu lugar. Ni siquiera el Maestro.

PASATIEMPOS



Across

- 3 El revuelto de frutos secos generalmente contiene estas.
- 5 Esta galleta rima con Sam.
- 7 Además de tu mochila, asegúrate de tener tu _____.
- 8 El hummus es una salsa hecha de este frijol.
- 12 Un sándwich muy popular de niños.
- 14 El yogur de vainilla va muy bien con _____ como arándanos frescos.
- 15 Tus huesos se ponen fuertes cuando comes esto.

Down

- 1 El jugo de limón encima de las manzanas en rebanadas ayuda a prevenir _____.
- 2 Estas frutas dulces y pequeñas pueden ser verdes, rojas, o negras.
- 4 A muchos chicos no les gusta la _____ del pan.
- 6 El aderezo tipo rancho hace una buena salsa para _____.
- 9 La leche contiene este mineral para hacer fuertes los huesos.
- 10 Este recipiente te mantendrá la pasta caliente en la escuela.
- 11 Necesitas una bolsa de _____ en tu fiambarrera. (brrrr).
- 13 Las galletas y _____ hacen un buen platillo adicional.





Calle Mayor, 58
26250 - Santo Domingo de la Calzada
La Rioja



+34 941 34 29 20



cipfp.csantiago@larioja.edu.es



[@cipfp_rioja](https://www.instagram.com/cipfp_rioja)



[Escuela Hostelería](https://www.facebook.com/EscuelaHosteleria)



[@EscHostRioja](https://www.x.com/EscHostRioja)