

Leche, fruta y pan forman un desayuno educativo para cincuenta estudiantes de Lugo

- **Cincuenta estudiantes del CEIP das Mercedes (Lugo) participaron en la actividad “Almorz@ con BeizosBranco”, que aconseja sobre desayunos saludables con productos gallegos y muestra el proceso de transformación de la leche.**
- **AGACA (Asociación Galega de Cooperativas Agroalimentarias) y Obra Social “la Caixa” organizan la iniciativa en centros educativos de toda Galicia.**

Santiago de Compostela, 14 de noviembre de 2017.-Cincuenta niños y niñas de cuarto de primaria del CEIP das Mercedes (Lugo) aprendieron esta mañana diferentes opciones para comenzar la jornada con una correcta aportación energética y con alimentos saludables, naturales y procedentes mayoritariamente del mercado nacional, frente a los desayunos poco variados o basados en productos procesados industrialmente.

Entre los consejos ofrecidos por la nutricionista María Fernández, quien impartió la charla, se encuentra el consumo de zumos naturales como complemento pero no como sustituto de las frutas de temporada (puesto que la fruta entera aporta más energía y nutrientes que la exprimida), el de productos lácteos y, sobre todo, desayunar diariamente.

A modo de ejemplo, el alumnado desayunó leche entera, fruta y pan con aceite.

Además, mediante un juego en grupo los estudiantes aprendieron los pasos del proceso de transformación de la leche, desde la granja hasta los hogares, y la importancia del sector en el medio rural gallego.

Compromiso social

AGACA y Obra Social “la Caixa” ponen en marcha este programa desde 2015 para impulsar correcta alimentación de los niños y niñas de Galicia y fomentar en los hogares hábitos alimentarios saludables, además de valorizar los productos del campo gallego.