



La dégustation des petits gourmets !

L'objectif de cet atelier est de faire découvrir les produits du petit-déjeuner aux enfants et de partager un moment convivial en échangeant sur leurs préférences et sur le goût des aliments.

Proposition 1 : Organisation d'un petit-déjeuner froid pour la classe

Par exemple pour un petit-déjeuner « à la française » :

- 2-3 L de jus de fruits,
- 2-3 L de lait,
- 1 plaquette de beurre,
- 2-3 pots de confiture variés,
- 2-3 baguettes de pain.

Proposition 2 : Dégustation d'un produit du petit-déjeuner et découverte de sa diversité

- Pour les produits laitiers : lait entier, ½ écrémé, écrémé, bio, au chocolat, yaourts, fromage...
- Pour les produits fruitiers : fruits, jus de différents parfums, pur jus, jus à base de concentré, nectars, smoothies, avec ou sans pulpe, compotes...
- Pour le beurre : doux ou salé
- Pour le pain : baguette, pain, blanc, complet, aux graines...

DÉROULÉ DE L'ATELIER

Assurez-vous au préalable que les enfants ne déjeuneront pas 2 fois (à la maison et en classe lors de l'atelier).

Faites-les parler des produits que vous avez amenés :

- Est-ce qu'ils les connaissent ?
- A quelle famille d'aliments appartiennent-ils ?
- Que mangent-ils habituellement le matin ?
- Quels sont leurs produits préférés ?
- Participent-ils à l'achat des produits du petit-déjeuner ?

MATÉRIEL (à adapter à l'atelier et aux produits choisis) :

- 30 assiettes en carton
- 60 petits gobelets (30 pour le lait + 30 pour le jus)
- 30 petites cuillères
- 30 petites serviettes
- une nappe en papier pour disposer les produits
- 2 couteaux (à dents pour couper le pain et à bout rond pour tartiner)
- prévoir des couverts et verres supplémentaires

