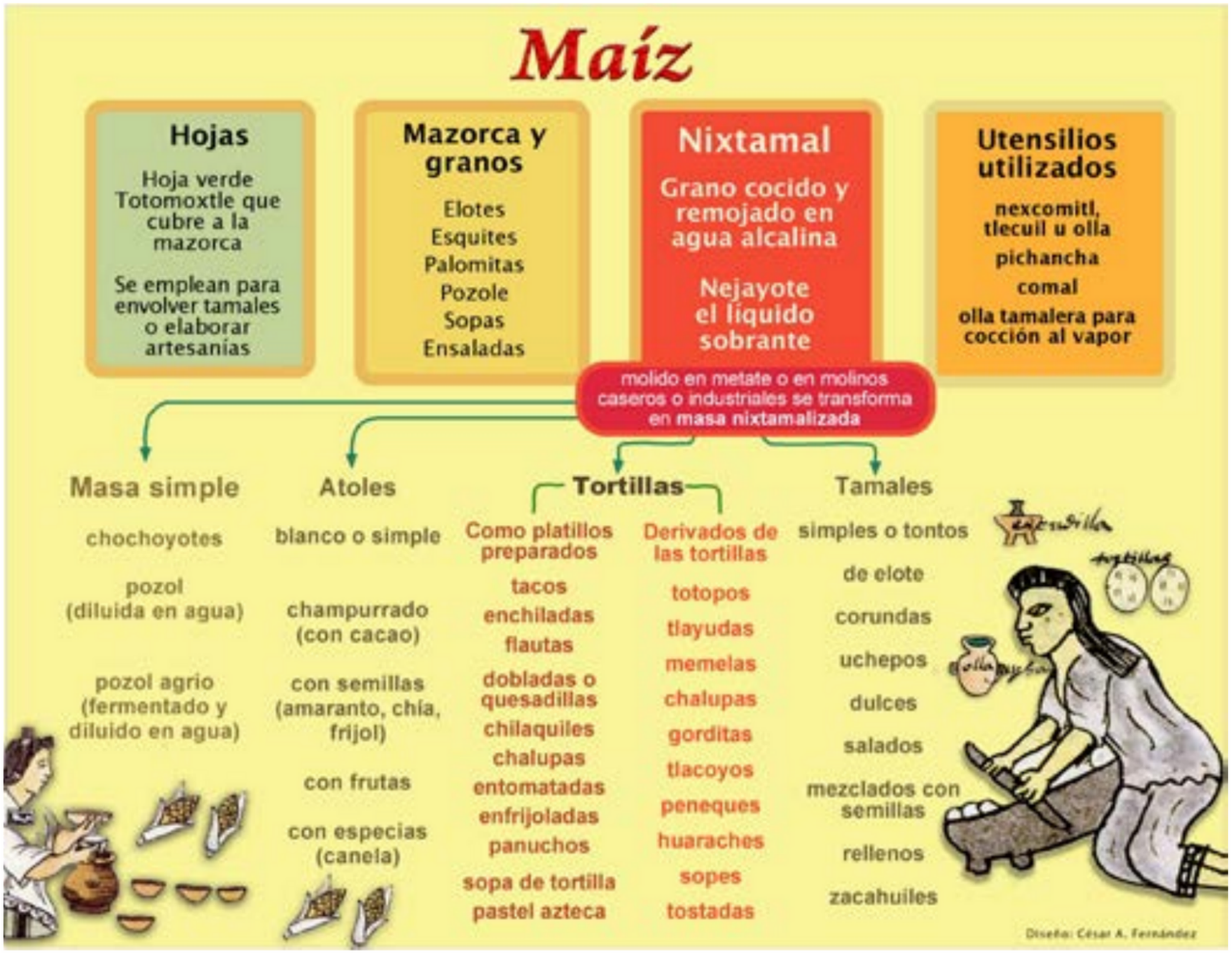

Fuente: *Cuadro elaborado a partir de información recabada por Luis Alberto Vargas.*

Compartan consejos de cocina para la preparación de platillos en diferentes contextos: comidas festivas, del diario, de cuando mamá está apurada, comidas para el recreo, para el aburrimiento, para compartir. Los talleres de cocina de bajo riesgo para los alumnos involucran el cuidado de huertos, la lógica matemática, el cálculo, el conocimiento histórico y geográfico, las ciencias naturales, física y química. Es importante que el o la maestra sea la persona encargada del área de la estufa y cuchillos, mientras que las niñas, niños y adolescentes pueden realizar las actividades de cocina propias para su edad como son: mezclar, licuar, incorporar, acomodar y servir, e investigar los nutrientes que están comiendo.