



Centro Educacional San Fernando.

Equipo de Orientación y Convivencia Escolar.

Contacto:

psicologia@cesf.cl – convivenciaescolar@cesf.cl

Break Cest

**Espacio personal y
actividades recreativas
para nuestra comunidad.**

Sexta Publicación

Orientación y Convivencia Escolar

Ps. Camila Whittaker B.

Manualidades con rollos de confort

Opción 1 : Set de estampas



Opción 2 : Murales y Arte



Opción 3 : Marionetas



Opción 4 : Flores



Pan de Huevo



INGREDIENTES PARA LA MASA:

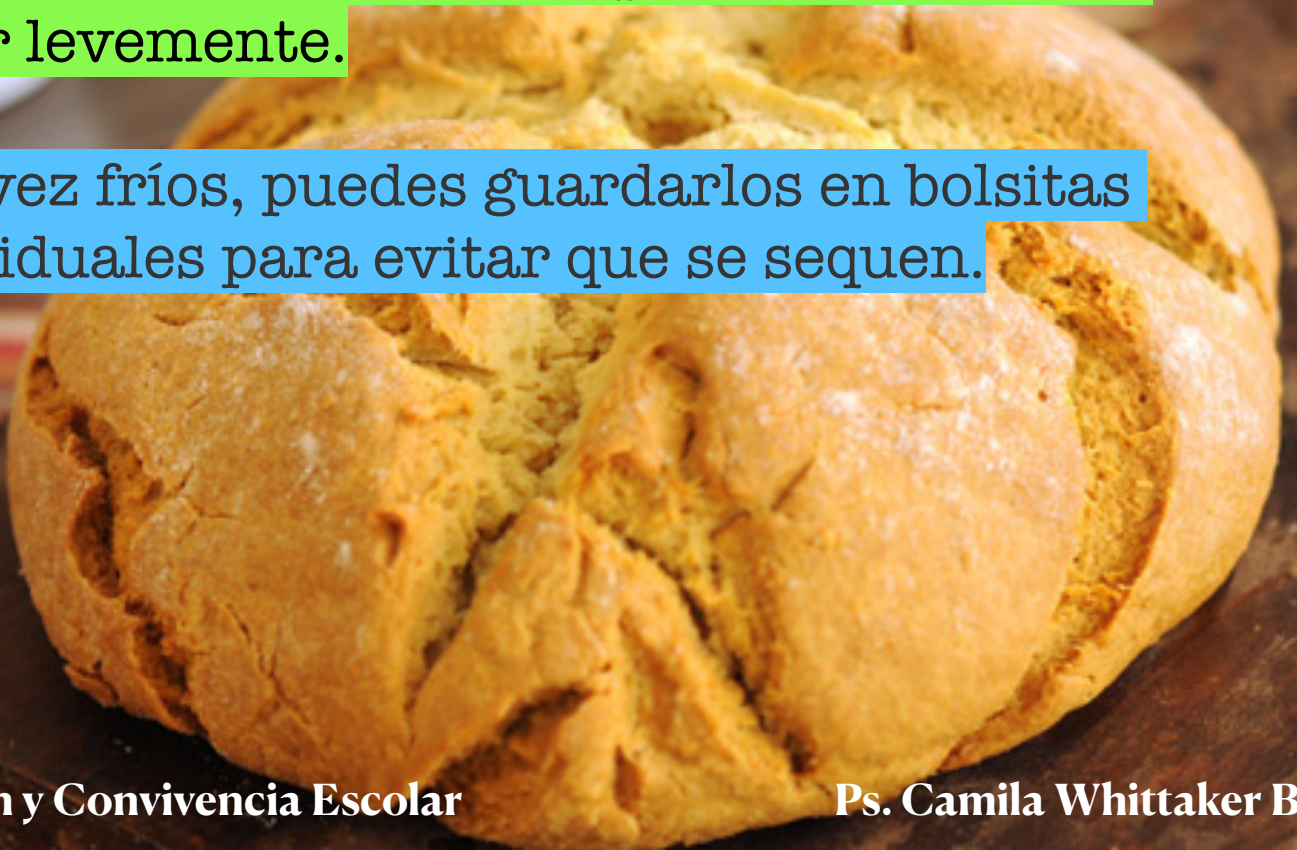
- 4 Tazas de harina sin polvos. de hornear cernida.
- 3 Cucharaditas de polvos de hornear.
- 3 Cucharadas de mantequilla.
- 3 Huevos.
- Medio tarro de leche condensada.
- 1/4 Taza de leche evaporada.

PARA DORAR:

1 Huevo Y 3 Cucharadas de leche.

PREPARACIÓN:

- ✓ Mezcla los ingredientes secos, luego agrega el resto de los ingredientes, trabaja con tus manos la masa hasta formar una masa suave, que no se pegue en tus dedos.
- ✓ Forma bollitos de 5 cm de diámetro aplastándolos con tus manos, deja reposar durante 5 minutos, realiza un corte en cruz con la ayuda de un cuchillo en su superficie y pinta con la mezcla para dorar.
- ✓ Dispone cada uno, en lata de horno previamente enmantecada y en horno precalentado, hornea a 180°C durante 15 min. aprox. o bien hasta dorar levemente.
- ✓ Una vez fríos, puedes guardarlos en bolsitas individuales para evitar que se sequen.





Para hacer nuestro huerto solo necesitaremos dos cosas:

Un recipiente reciclado:

Dependiendo del tamaño de nuestros almácigos podemos usar cáscara de huevo, envases de yogurt, frascos, botellas, maceteros, cajas, neumáticos, etc...

Restos de vegetales que usamos diariamente en la cocina:

por ejemplo, ajos, cebolla, cebollín, zanahoria, pimentón, papas.

Cuando las papas se empiezan poner viejas, comienzan a salir estos pequeños brotes, podemos tomarlas tal cual están y plantarlas.



Cuando limpiamos el pimentón o lo terminamos de usar el “moñito” que nos queda con sus semillas lo podemos plantar directamente.

Si lo deseas y te animas, puedes enviarnos tus dibujos y otras ideas más a:

convivenciaescolar@cesf.cl los más creativos y novedosos serán publicados en el apartado de Convivencia Escolar al costado derecho de la página web de nuestro colegio.

También comparte el resultado de estas recetas y si se te ocurren más puedes enviarla al correo anterior, para que sean parte de nuestro próximo compilado de actividades!

En caso de dudas, consultas, comentarios y sugerencia favor escribir a:

psicologia@cesf.cl