



HOLA PADRES,

El verano finalmente ha llegado, ¡y qué mejor refrigerio para tratar y enfriar a sus hijos/hijas que el helado! Hoy en día es más difícil salir a tomar un helado, por lo que una alternativa mejor y más divertida sería el helado casero. Cuando haces helado a mano, puedes asegurarte de que los ingredientes que estás usando sean frescos y naturales. Además, de esta manera puede elegir los sabores de helado que más les gusten a sus hijos/hijas y encontrar nuevas ideas de sabores. En este boletín, encontrará diferentes maneras de hacer y disfrutar un delicioso helado hecho por usted y su hijo/hija.

ACTIVIDADES

BEBES (3 – 18 MESES)

JUEGO SENSORIAL DE HELADO

MATERIALES:

- Diferentes sabores de helados
- Una bandeja

DIRECCIONES:

- Comience poniendo un sabor de helado en la bandeja.
- Su hijo/hija puede explorar el helado con sus sentidos: sabor, tacto y olfato.
- Continúe agregando otros sabores de helado y haga que su hijo/hija explore.

Para obtener ideas de paletas para la dentición de los bebés pulse [aquí](#).

NIÑOS PEQUEÑOS (19 MESES – 2.5 AÑOS)

SIRVIENDO HELADO

MATERIALES:

- Helado · Cucharas
- Conos comestibles o pequeños vasos de plástico.

DIRECCIONES:

- Prepare todos los materiales en una bandeja.
- Haga que su hijo/hija sienta el recipiente del helado y discuta cómo se siente.
- Deje que su hijo/hija abra la tapa y mire adentro. Hable sobre el color del helado, como huele, etc.
- Ahora su hijo/hija puede colocar un poco de helado en conos o tazas para usted y para sí mismo.
- ¡Disfruta!

Para una historia sobre helado pulse [aquí](#).

NIÑOS EN EDAD PREESCOLAR (2.5 – 5 AÑOS)

HELADERÍA

MATERIALES:

- Caja de cartón grande
- Marcadores · Pintura (opcional)
- Cuchillo / tijeras · Papeles de colores
- Fuentes · Cucharas
- Helados o bolas de algodón / papel de seda / papel cortado

DIRECCIONES:

- Recorte una ventana grande a cada lado de la caja.
- Haga que su hijo/hija decore la caja con papel de colores, marcadores, pintura, etc.
- Haga un letrero para la heladería.
- Una vez que termine su heladería, ¡entre en la caja y comience a vender helado!
- Si no tiene helado en casa, aquí hay algunas ideas para hacer un helado imaginario: bolas de algodón, papel de seda arrugado, trozos de papel para espolvorear.

Para más actividades de helados pulse [aquí](#).

JK/SK (4 – 6 AÑOS)

HELADO CASERO EN UNA BOLSA

MATERIALES:

- ½ taza mitad y mitad (crema o leche)
- ¼ cucharadita de vainilla · 1 cucharada de azúcar
- 3 tazas de hielo · 1/3 taza de sal
- Bolsas Ziploc grande · Bolsas Ziploc mediana
- Chispas para helado, jarabe de chocolate, frutas (opcional)

DIRECCIONES:

- Haga que su hijo/hija mida la crema / leche, la vainilla y el azúcar, y agregue a la bolsa Ziploc mediana. Selle la bolsa herméticamente.
- Mida y coloque el hielo y la sal en la bolsa más grande.
- Coloque la bolsa mediana dentro de la bolsa más grande llena de hielo y agite las bolsas durante aproximadamente 5 minutos hasta que la leche se solidifique.
- ¡Tú helado está listo! ¡Agregue chispas, jarabe de chocolate o frutas para disfrutar!

Para más actividades de helados pulse [aquí](#).

NIÑOS EN EDAD ESCOLAR (6 – 12 AÑOS)

PALETAS HECHAS EN CASA

MATERIALES:

- Moldes para paletas (si están disponibles), o bandejas para cubitos de hielo.
- Jugo · Fruta disponible en casa
- Palitos de helado o palillos de dientes

DIRECCIONES:

- Exprima o mezcle algunas de las frutas frescas. También puedes usar jugo comprado en la tienda.
- Corta trozos pequeños del resto de la fruta que tienes.
- Agregue trozos de fruta en cada molde de paletas o bandeja de cubitos de hielo y agregue jugo.
- Cubra el molde de paletas con la tapa o agregue palitos de paletas a cada sección de la bandeja de cubitos de hielo y colóquelo en el congelador.

Pulse [aquí](#) para obtener una receta de helado casero.

¡NOS GUSTARÍA ESCUCHAR DE USTED!
POR FAVOR, ENVÍENOS SUS COMENTARIOS O
SUGERENCIAS A CHILDCAREMAIN@NCCE1.ORG



Immigration, Refugees and Citizenship Canada / Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada

CONSEJO PARA HOY

Aquí hay algunos datos divertidos sobre el helado:

- El sabor más popular del helado es el de vainilla, luego el chocolate.
- El país que consume más helado es Nueva Zelanda, seguido de Estados Unidos, Australia y Finlandia.
- El número promedio de lamidas para terminar una bola de helado es 50.
- La primera receta de helado escrita se encontró en un libro de recetas en inglés en el 1665.
- El cono de helado más alto tenía más de 9 pies de altura en Italia.