

Impulsa tus movimientos



Mezcla de palabras

Tacha todos los nombres de las frutas y los vegetales horizontalmente dentro de las letras a continuación y revela el mensaje.

M A N Z A N A K I W I C O M E
S A N D I A P I Ñ A S B A N A N A
N A R A N J A C O L I F L O R
C A L A B A Z A F R U T A S T O M A T E
G U I S A N T E S F R I J O L E S
E S P I N A C A Y B R Ó C O L I
Z A N A H O R I A Q U I N G O M B Ó
A P I O M A N G O V E G E T A L E S
C I R V E L A E S P Á R R A G O
A R Á N D A N O P E R A C E R E Z A
C A D A M E L O C O T O N T O R O N J A
L E C H U G A C E B O L L A R Á B A N O
F R A M B U E S A D I A L I M Ó N

Palomitas de maíz con chile en polvo

i Ponle sabor a tu vida!

Necesitarás:
4 tazas de palomitas de maíz reventadas;
1 cucharada de margarina derretida; 1 cucharadita de chile en polvo; 1 pizca de ajo en polvo.

Mezcla las palomitas de maíz y la margarina. Mezcla los condimentos bien; Espolvóralos sobre las palomitas. Mezcla bien.

¡ Sirve inmediatamente y disfruta con la familia o los amigos! Sirve cuatro porciones de 1 taza.

Sugerencia
¿Te encuentras en un restaurante de comida rápida? Prueba un sándwich de pollo asado y una porción de ensalada.

Chistes

P: ¿Saltando, saltando, se visten de blanco, quien es?

Frutas y vegetales son mis baterías secretas para ayudarme a jugar mucho todos los días.



VIAJERO MUNDIAL

¿CUÁL ESTADO ES EL MAYOR PRODUCTOR DE CADA UNA DE ESTAS FRUTAS Y VEGETALES?
¡EMPÁTALOS!

Frutas/vegetales	Estados
Piña <input type="radio"/>	<input type="radio"/> Florida
Batata <input type="radio"/>	<input type="radio"/> California
Arándanos <input type="radio"/>	<input type="radio"/> Washington
Coliflor <input type="radio"/>	<input type="radio"/> Carolina del Norte
Berenjena <input type="radio"/>	<input type="radio"/> Michigan
Manzanas <input type="radio"/>	<input type="radio"/> Hawaïi



Food and Nutrition Service

USDA ofrece oportunidades iguales para todos.

July 2007



Respuesta a Mezcla de Palabras:
Come 5 frutas y vegetales cada día.

Respuesta para el Viajero Mundial: Coliflor-California, Piña-Hawaïi, Batata-Carolina del Norte, Arándano-Michigan, Manzanas-Washington, Berenjena-Florida

Respuesta al Chiste:
Palomitas de maíz.