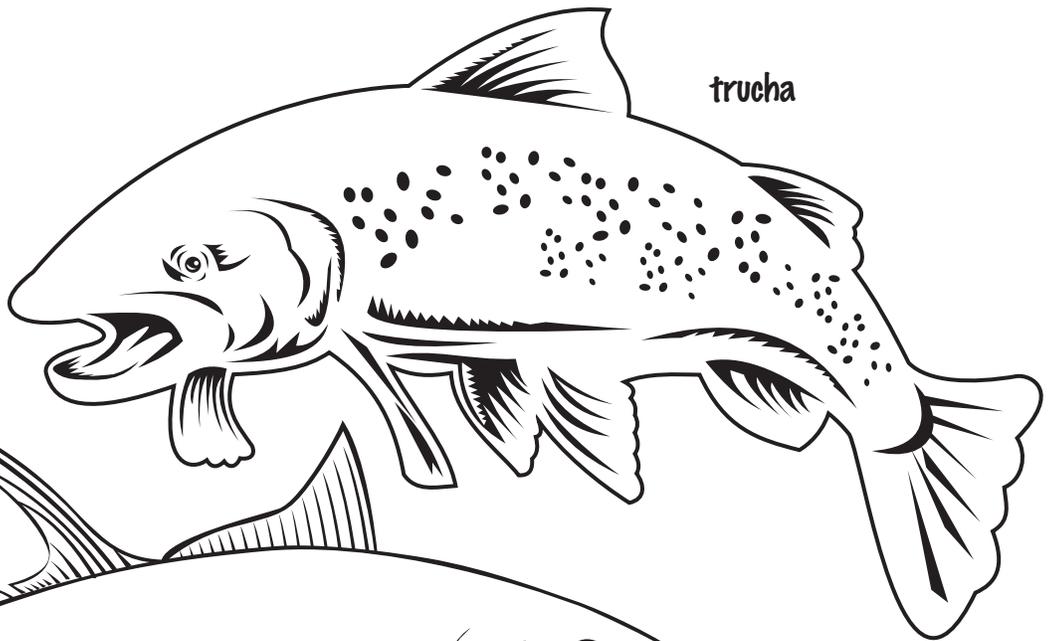




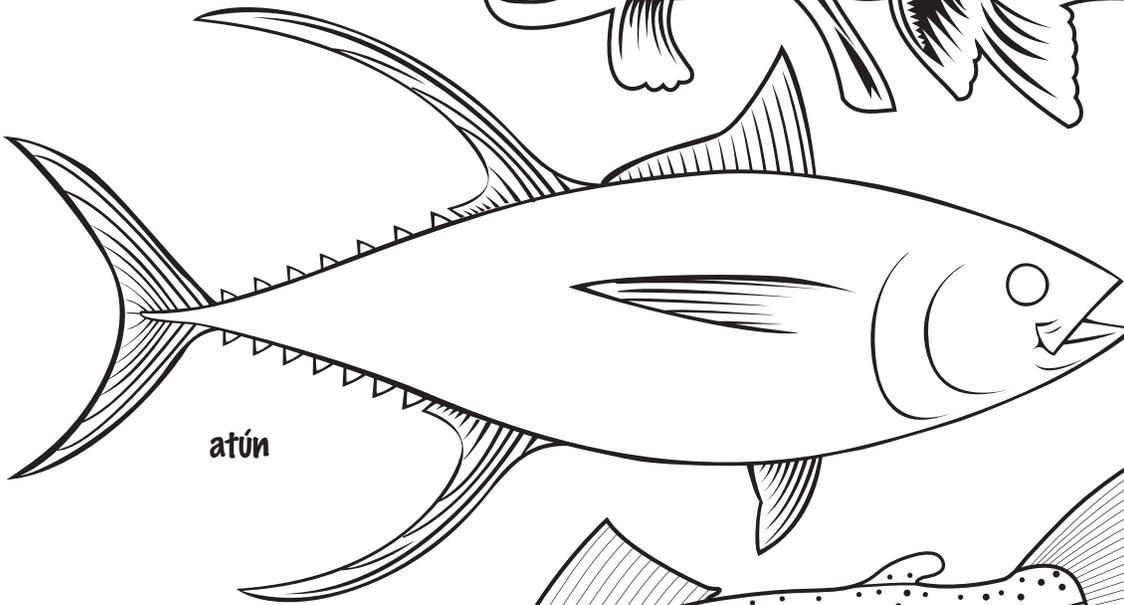
**Campeones del Cambio**  
La Red de Nutrición de Arizona

# Escuela de Pescados

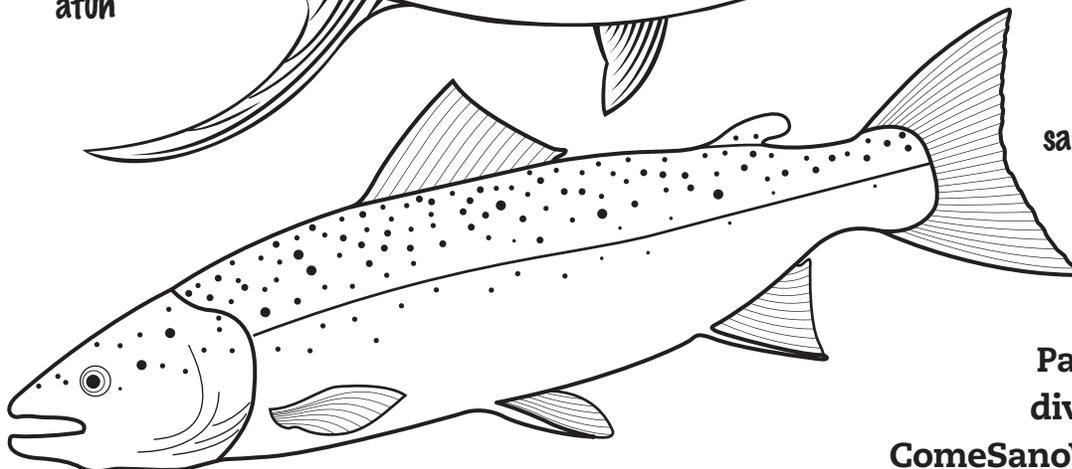
Recorta los pescados de abajo, coloréalas y haz una escuela de pescados con tu grupo. El pescado tiene mucha proteína y algunos pescados tienen grasa saludable también. Menciona los nombres de pescados que se ocurran, cuál te gusta comer y por qué es bueno para ti comer pescado.



trucha



atún



salmón

**Para más juegos  
divertidos, visita  
[ComeSanoViveMejor.org](http://ComeSanoViveMejor.org).**



Este material se desarrolló con fondos proporcionados por el Programa de Cupones para Alimentos del Departamento de Agricultura de los EE.UU. (USDA para sus siglas en inglés). El Programa de Cupones para Alimentos ofrece asistencia relacionada con la nutrición para gente con bajos ingresos. Le puede ayudar a comprar comida nutritiva para una mejor dieta. Para obtener más información, comuníquese al 1-800-352-8401. Esta institución brinda igualdad de oportunidades en el empleo y en los servicios que provee. AzNN 4/11.



**Campeones del Cambio**  
La Red de Nutrición de Arizona

# Una Pizca de Proteína

Abajo hay cuatro comidas que contienen proteínas saludables. Corta todas las imágenes y sigue las indicaciones del instructor sobre cómo jugar Una Pizca de Proteína. Después de que los equipos ganadores lean el mensaje saludable al grupo, hablen sus proteínas saludables favoritas.



**Para más juegos divertidos, visita [ComeSanoViveMejor.org](http://ComeSanoViveMejor.org).**



Este material se desarrolló con fondos proporcionados por el Programa de Cupones para Alimentos del Departamento de Agricultura de los EE.UU. (USDA para sus siglas en inglés). El Programa de Cupones para Alimentos ofrece asistencia relacionada con la nutrición para gente con bajos ingresos. Le puede ayudar a comprar comida nutritiva para una mejor dieta. Para obtener más información, comuníquese al 1-800-352-8401. Esta institución brinda igualdad de oportunidades en el empleo y en los servicios que provee. AzNN 4/11.