



Campeones del Cambio
La Red de Nutrición de Arizona

Nombre del restaurante

Menú

Desayuno

Almuerzo

Cena

Para más juegos divertidos, visita 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. El logotipo de Más es Importante y las Frutas y Verduras — es de Marca Registrada y marca de servicio de la Fundación de Frutas y Verduras para una Mejor Salud (Produce for Better Health Foundation) y no se deben reproducir sin el consentimiento por escrito de Produce for Better Health Foundation. AzNN 9/11.



Campeones del Cambio
La Red de Nutrición de Arizona

Concurso de Ortografía

manzana

pera

limón

fruta

elote

naranja

lechuga

chícharos

frijoles

dátil

higo

calabaza

berenjena

zanahoria

cebolla

ajo

chiles

apio

espinacas

tomate

albahaca

pimiento

col rizada

calabacita

sandía

ocra

brócoli

pepino

champiñones

papas

toronja

jengibre

melón dulce

melón

Para más juegos divertidos, visita 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. El logotipo de Más es Importante y las Frutas y Verduras — es de Marca Registrada y marca de servicio de la Fundación de Frutas y Verduras para una Mejor Salud (Produce for Better Health Foundation) y no se deben reproducir sin el consentimiento por escrito de Produce for Better Health Foundation. AzNN 9/11.



Campeones del Cambio
La Red de Nutrición de Arizona

Árbol de Manzana

Abajo aparecen preguntas sobre frutas y verduras para preguntar a cada grupo.

1. Soy una fruta brillante y puedo ser roja, verde y hasta amarillo. “Una _____ por la mañana, es una cosa muy sana”.
2. Parezco un arbolito en miniatura. Soy verde y esponjoso en la punta y tengo un tallo verde claro.
3. Parezco un mini repollo. Soy redondo, verde y como del tamaño de una pelota de golf.
4. Tengo una cáscara café, de textura áspera, pero soy de color naranja claro por dentro. Soy redondo y a veces me ponen en una ensalada de frutas.
5. Me parezco mucho a una naranja. Soy del mismo color, pero un poco más pequeña.
6. Tengo una piel verde oscura, pero soy muy clara por dentro. Me puedes encontrar en vinagre.
7. Soy una verdura amarilla. Me puedes hallar en mazorca, congelado o en grano dentro de una lata.
8. Soy una fruta jugosa enorme. Soy verde por fuera y roja o rosada por dentro ¡con semillas negras!
9. Tengo muchas hojas y soy verde. Me puedes encontrar en la ensalada o sobre tu sándwich favorito.
10. Soy una verdura color naranja, crujiente y los conejos me adoran.
11. Soy redonda y puedo ser blanca, amarilla o roja (morada). ¡Es posible que tu mamá llore cuando me está cortando!
12. Contengo mucha agua, soy crujiente y verde. Tengo muchas hojas en la punta ¡y hasta tengo costillas!
13. Puedo ser verde, rojo o amarillo. Soy hueco por dentro con muchas semillas. ¡También me puedes encontrar en las fajitas!
14. Dicen que “huelo feo” pero soy muy sabroso. ¡Me pueden moler para hacer especias! Tengo muchos dientes dentro de una cabeza.
15. Soy suave, rojo y me usan para hacer salsa de tomate, salsa picante, salsa para pizza ¡y muchas otras cosas!

Claves para Respuestas:

1. Manzana 2. Brócoli 3. Repollito de Bruselas 4. Melón 5. Mandarina 6. Pepinos 7. Elote
8. Sandía 9. Lechuga 10. Zanahorias 11. Cebolla 12. Apio 13. Pimientos 14. Ajo 15. Tomate

Para más juegos divertidos, visita ComeSanoViveMejor.org.

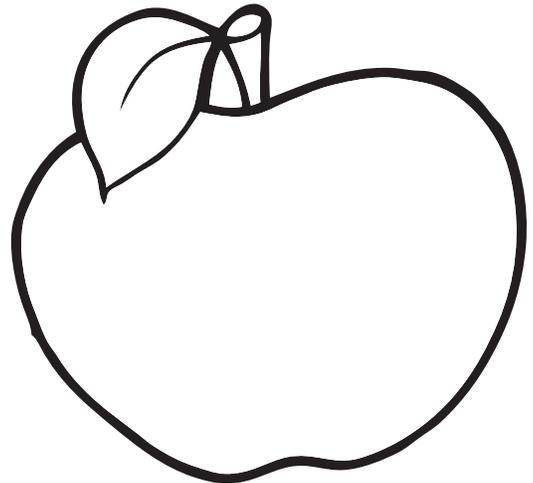
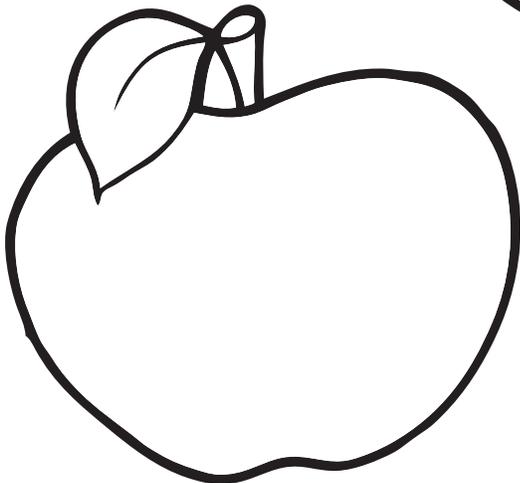
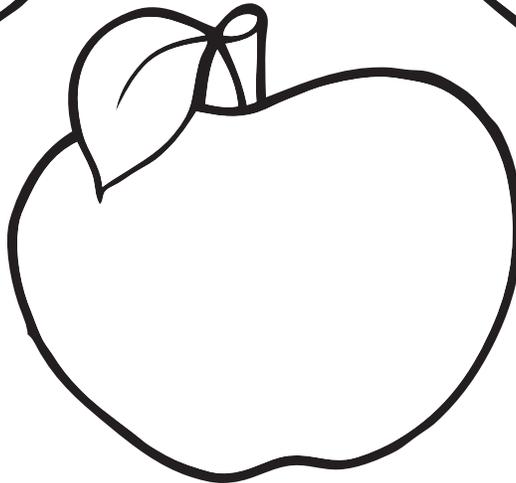
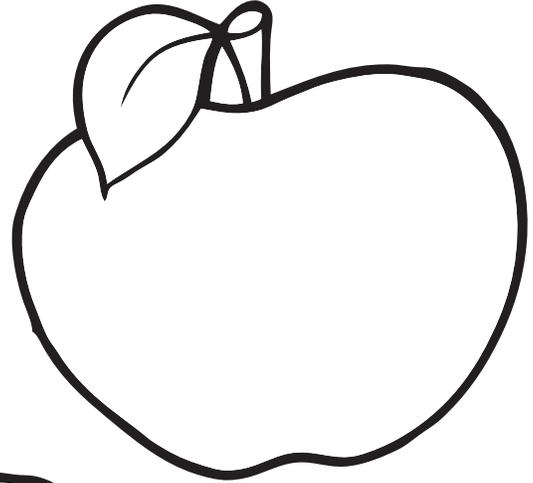
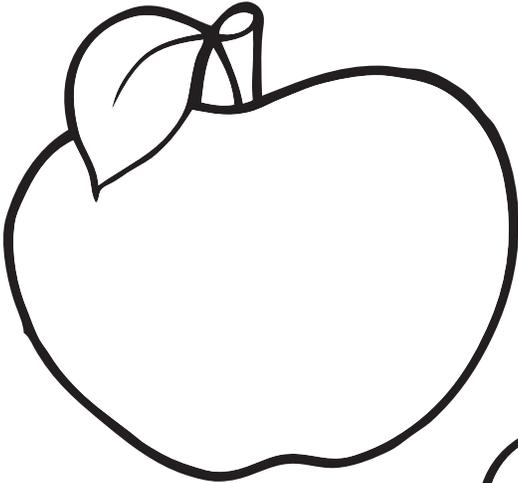


Este material se desarrolló con fondos proporcionados por el Programa de Cupones para Alimentos del Departamento de Agricultura de los EE.UU. (USDA para sus siglas en inglés). El Programa de Cupones para Alimentos ofrece asistencia relacionada con la nutrición para gente con bajos ingresos. Le puede 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. El logotipo de Más es Importante y las Frutas y Verduras — es de Marca Registrada y marca de servicio de la Fundación de Frutas y Verduras para una Mejor Salud (Produce for Better Health Foundation) y no se deben reproducir sin el consentimiento por escrito de Produce for Better Health Foundation. AzNN 9/11.



Campeones del Cambio
La Red de Nutrición de Arizona

Árbol de Manzana



Para más juegos divertidos, visita ComeSanoViveMejor.org.



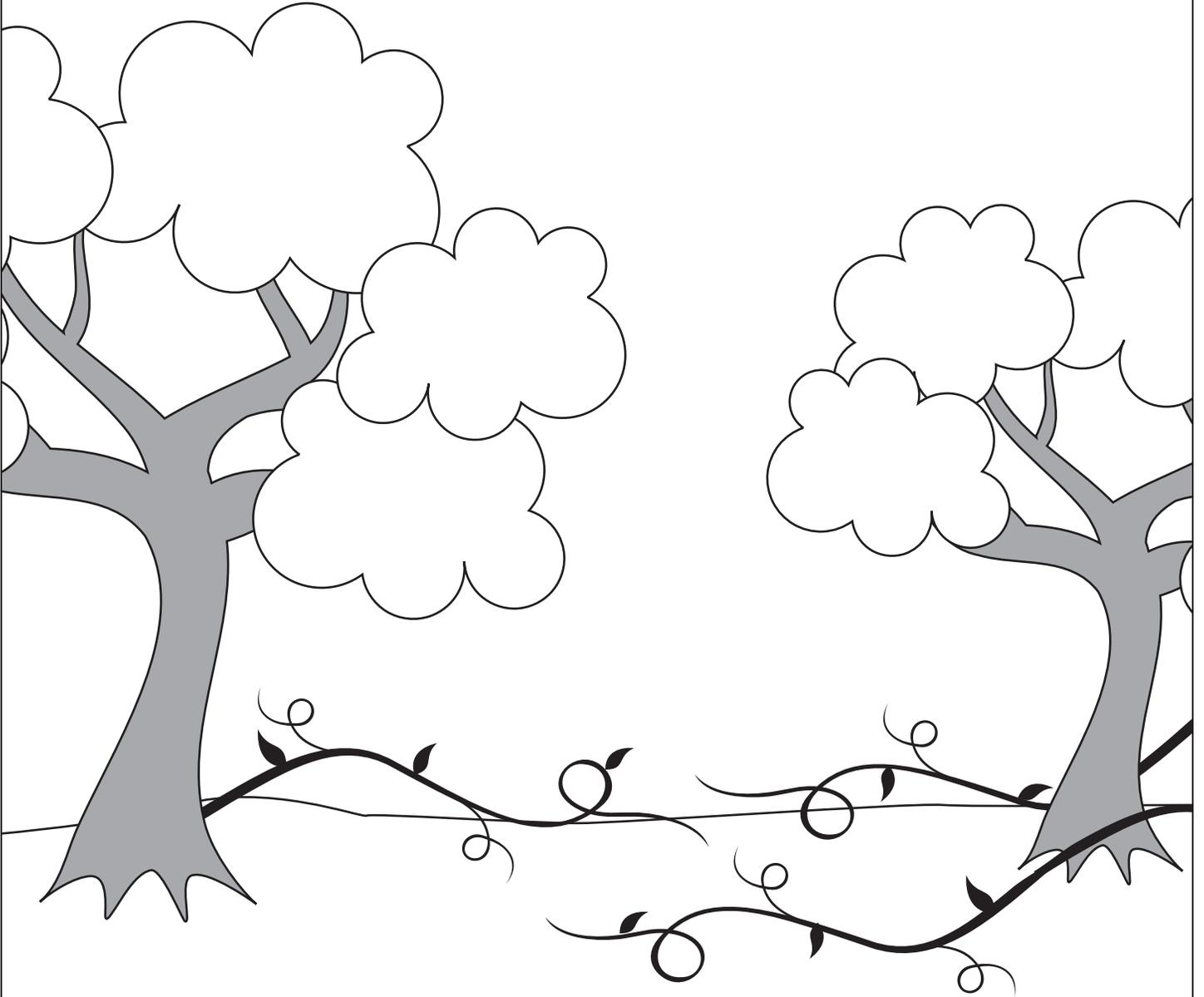
Este material se desarrolló con fondos proporcionados por el Programa de Cupones para Alimentos del Departamento de Agricultura de los EE.UU. (USDA para sus siglas en inglés). El Programa de Cupones para Alimentos ofrece asistencia relacionada con la nutrición para gente con bajos ingresos. Le puede 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. El logotipo de Más es Importante y las Frutas y Verduras — es de Marca Registrada y marca de servicio de la Fundación de Frutas y Verduras para una Mejor Salud (Produce for Better Health Foundation) y no se deben reproducir sin el consentimiento por escrito de Produce for Better Health Foundation. AzNN 9/11.



Campeones del Cambio
La Red de Nutrición de Arizona

Cultiva tu Jardín

Dibuja papas, tomates, sandías, manzanas y otras frutas y verduras en el jardín de abajo. Después, ¡diviértete coloreando!



Para más juegos divertidos, visita 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. El logotipo de Más es Importante y las Frutas y Verduras — es de Marca Registrada y marca de servicio de la Fundación de Frutas y Verduras para una Mejor Salud (Produce for Better Health Foundation) y no se deben reproducir sin el consentimiento por escrito de Produce for Better Health Foundation. AzNN 9/11.