

HAZ TU MENÚ SALUDABLE

¡Vamos!

 **LIVEWORKSHEETS**

EMPECEMOS POR EL DESAYUNO

ESCOGE LAS OPCIONES SALUDABLES



TOSTADAS CON
AGUACATE,
QUESO CREMA...



FRUTAS



GALLETAS
ULTRAPROCESADAS



BOLLERÍA

¿Y A MEDIA MAÑANA?

ESCOGE LAS OPCIONES SALUDABLES



FRUTAS



GALLETAS
ULTRAPROCESADAS



YOGURT NATURAL

AHORA LA COMIDA. ¿EL PRIMER PLATO?

ESCOGE LAS OPCIONES SALUDABLES



LENTEJAS



PURÉ



PATATAS
FRITAS



PIZZA

Y DE SEGUNDO

ESCOGE LAS OPCIONES SALUDABLES



HAMBURGUESA



PESCADO



POLLO



PIZZA

AHORA A MERENDAR

ESCOGE LAS OPCIONES SALUDABLES



DULCES



CHUCHERÍAS



FRUTA



FRUTOS SECOS

POR ÚLTIMO, LA CENA

ESCOGE LAS OPCIONES SALUDABLES



REVUELTO CON
VERDURAS



PESCADO



PIZZA



HAMBURGUESA

¿CUÁL ES EL MEJOR POSTRE PARA CADA COMIDA?

ESCOGE LAS OPCIONES SALUDABLES



FRUTAS



CHOCOLATE

¿Y LA MEJOR BEBIDA?

ESCOGE LAS OPCIONES SALUDABLES



AGUA



REFRESCOS

**¡ENHORABUENA,
YA TIENES TU
MENÚ
SALUDABLE!**

 **LIVEWORKSHEETS**