Matemáticas de la Mañana – Contar Calorías

Busca las calorías para cada artículo de desayuno. Suma el total para ver cuantas calorías hay en estas comidas de desayuno.

Comida	Cantidad	Calorías
Tocino	2 tajadas	92
Arroz integral	1/2 taza	108
Zanahoria	2 unidades	26
Pan con matequilla	1	170
Huevo duro	1	77
Jugo de papaya	1 vaso	58
Leche 1%	1 taza	105
Harina de avena	1/2 taza	83
Panqueques	2 medianos	350
Fresa	1/2 taza	30
Vegetales	1/2 taza	25
Tortilla de huevo	2 huevos	320
Tostada integral	1 tajada	75

1/2 vegetales _____

2 Huevos duros _____

1 taza leche 1% _____ +

1 Tostada _____

= _____

1/2 Harina de avena _____

1/2 Fresas _____

2 Zanahoria _____ +

1 Tostada _____

= _____

4 Panqueques _____

2Tocino _____

Jugo de papaya _____ +

Leche 1% _____

= _____

1/2 Arroz integral _____

2 huevos _____

1 pan con mantequilla _____ +

1 Vaso de jugo de papaya _____

= _____

Calorías = Kcal