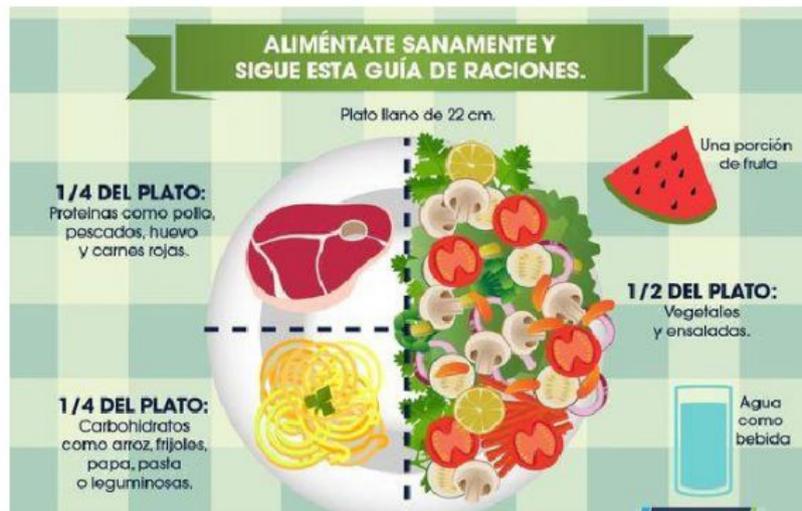


NOMBRE:

TE QUEREMOS CONTAR QUE ESTE ES LA ULTIMA FICHA DE TRABAJO DEL AÑO!!!!
ADEMAS LAS SEÑOS QUEREMOS FELICITARTE POR EL GRAN TRABAJO QUE HICISTE
EN ESTE AÑO TAMBIEN QUEREMOS AGRADECER A LAS FAMILIAS POR EL APOYO Y
POR PERMITIRNOS LLEGAR CON LA ESCUELA A CASA.

EL PLATO DEL BIEN COMER

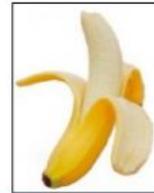
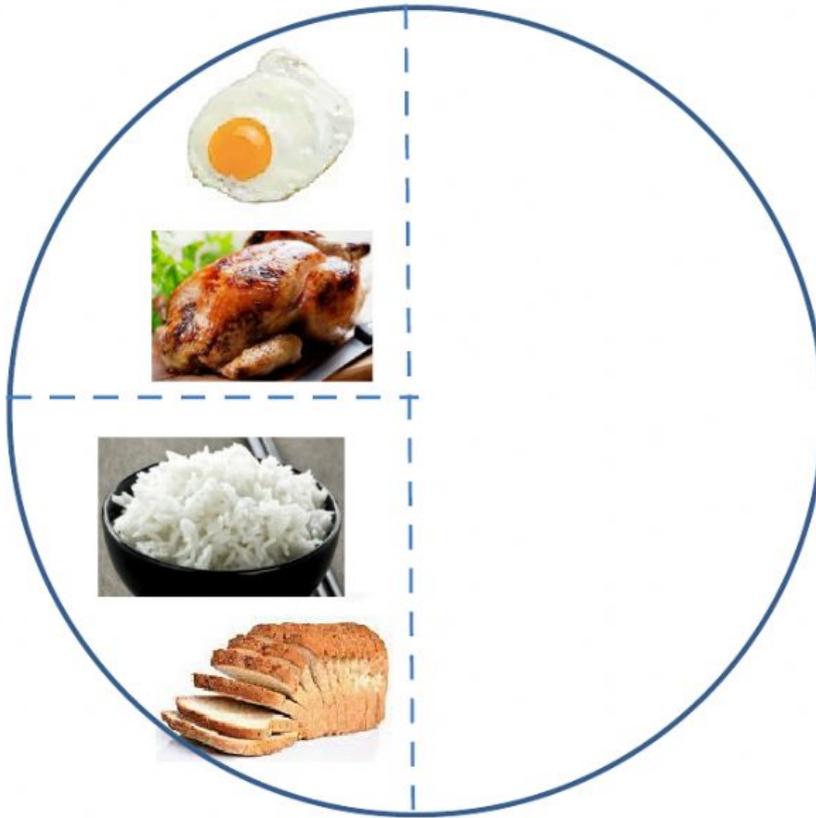
ESTA IMAGEN NOS SIRVE DE GUÍA PARA COMER SANO COMBINANDO
LOS ALIMENTOS DE LOS TRES GRUPOS. LO QUE ESTA EN LA FOTO ES
LO QUE TU PLATO TIENE QUE TENER PARA QUE ESTÉS SALUDABLE

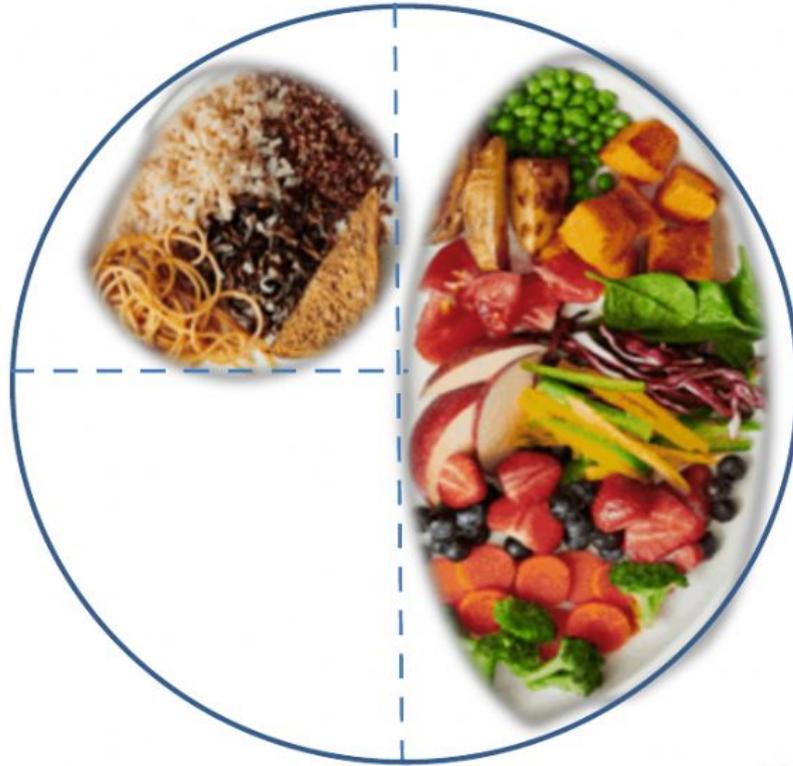


EL PLATO TIENE QUE TENER:

- VEGETALES Y ENSALADAS
- CARNES Y HUEVOS
- CEREALES
- FRUTA
- AGUA

COMPLETA EL PLATO CON LOS ALIMENTOS QUE FALTAN PARA QUE SEA SALUDABLE. MARCA LA IMAGEN QUE FALTA





UNI LAS FRUTAS O VERDURAS CON LA COMIDA ELABORADA QUE LAS CONTIENE



El desayuno es una comida muy importante. Para elegir que desayunar y que sea saludable podemos usar también el plato del Bien Comer. Te proponemos que marques que alimentos te gustan para armar tu desayuno.

