PROYECTO ESCOLAR

COMER SANO

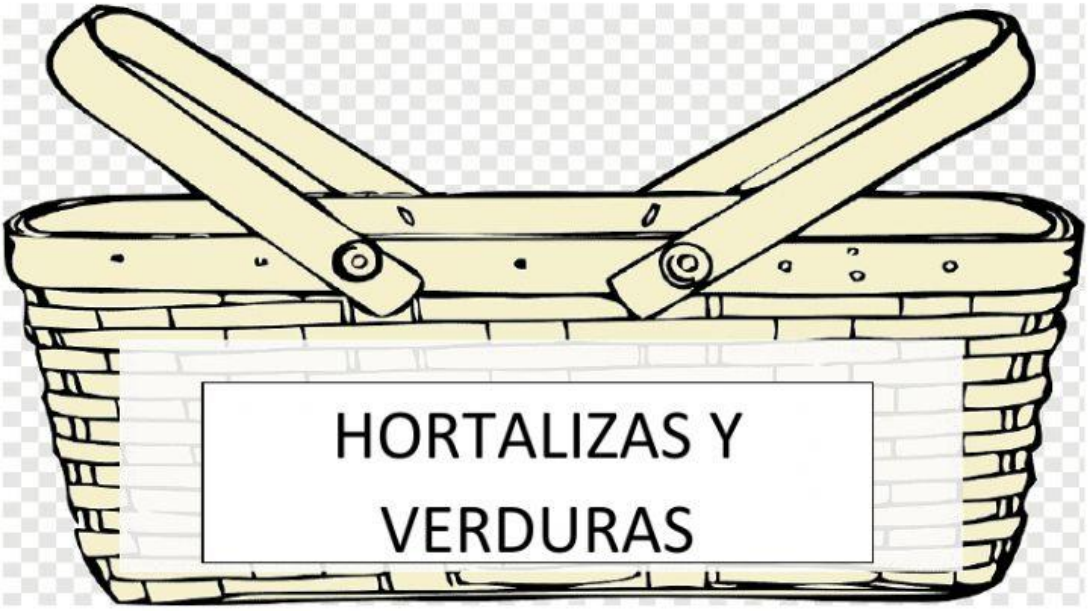
HORTALIZAS Y VERDURAS

Lee la historia de Luis, un niño que no le gustaba comer sano.

Luis era un chico que nunca le gustaba comer sano, solo quería comer pasteles, pan, caramelos, helados, salchichas y un sin número de comida chatarra.

Algunas veces su madre le indicaba que para crecer sano y fuerte, debía alimentarse de hortalizas y frutas, pero él no quería escucharla.

Llego un día, en que Luis se enfermo y el doctor le recomendó, que para recuperarse debía comer sano y nutritivo.

Luis pidió perdón a su madre, por no haberle escuchado y le pidió que quería ir al supermercado a comprar hortalizas y verduras para ayudarle a preparar su comida nutritiva.

Ayúdale a Luis a comprar hortalizas y verduras. Arrastra a la canasta las hortalizas y verduras que encuentres en el supermercado.