

Gráfica del Chef Solus de Plantas de Frutas y Vegetales

Las Partes Que Podemos Comer

Direcciones: Busca las frutas y vegetales en esta lista. Examina cada alimento para ver la parte que se puede comer.

Después revisa la gráfica y pon una X en las partes que se pueden comer. Marca si se puede comer cocida y/o cruda.

Frutas/Vegetales	Tallo	Fruta	Semilla	Raíz	Hojas	Piel	Flor	Cocido	Crudo
Albahaca									
Banana									
Brócoli									
Calabacín									
Calabaza Amarilla									
Coliflor									
Cebolla									
Cerezas									
Col									
Durazno									
Espinaca									
Fresa									
Frijoles									
Guisantes									
Lechuga									
Limón									
Manzana									
Naranjas									
Orégano									
Palta									
Papa									
Pepinos									
Pera									
Perejil									
Pimiento Verde									
Piña									
Remolachas									
Sandía									
Tomate									
Zanahorias									

