

Formación De Huesos y Dientes Fuertes



Estoy de acuerdo en ser un Niño en Forma.

Comer 2 - 3 porciones de comidas ricas en calcio cada día ayudaría a mi cuerpo a formar huesos y dientes fuertes.

Comidas que tienen gran cantidad de calcio son: leche de soja con calcio adicional, leche bajo en grasa, queso y yogur. Como un niño en forma, yo se que puedo formar huesos sanos añadiendo ejercicios regulares como saltar y bailar.



Nombre de los Padres _____

Nombre del Niño _____



Acuerdo



¡Visite es.ChefSolus.com para juegos de nutrición en línea, actividades divertidas y herramientas nutritivas para padres y niños gratis!

Derechos de Autor © Nourish Interactive, Derechos Reservados