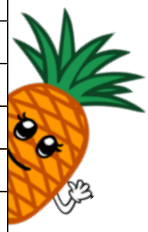
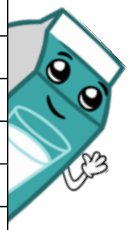
Grupos de Alimenticios - Lista de la Compras de Chef Solus en Blanco

VERDURAS Añadir un montón de verduras a su comida de la fiesta!		GRAINS Escoje granos integral 100%		GRUPO de LACTEOS Escoje bajo en grasa or sin grasa		CARNE & FRIJOLES Escoje carne y aves baja en grasa	
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑

VERDURAS incluyen verduras de color verde oscuro y naranja		FRUTAS Deje que las frutas animen su banquete!		ACEITE Los aceites saludables también se encuentran en las nueces y el pescado		CONDIMENTOS	
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑	OTRAS COMIDAS			❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑
	❑		❑		❑		❑





¡Visite es.ChefSolus.com para hojas imprimibles gratis para niños, juegos de educación nutritiva, rompecabezas, actividades y más! Copyright © Nourish Interactive, Derechos Reservados.