

Caja de Colores 10 en 2



¿Puedes comer 10 frutas y verduras en 2 días? Completa las casillas y trata de incluir diferentes colores de frutas y verduras como sea posible en tus comidas o refrigerios.

Día 1: Plan de 2 frutas y 3 verduras

DESAYUNO	REFRIGERIO 1
ALMUERZO	REFRIGERIO 2
CENA	

Colores que piensas comer en el día 1:

Día 2: Plan de 3 frutas y 2 verduras

DESAYUNO	REFRIGERIO 2
ALMUERZO	REFRIGERIO 2
CENA	

Colores que piensas comer en el día 2:
