

¡Diversión de Nutrición y los Monstruos de Halloween!

¡Los monstruos necesitan alimentos saludables también!

¡Dibuja una línea para emparejar el monstruo con los alimentos correctos!



las naranjas, fresas y toronjas contienen mucha vitamina C para ayudarlo a este monstruo a curarse debajo de todos esos vendajes



una comida balanceada con alimentos de todos los grupos alimenticios le ayuda a este monstruo a crecer alto



los vegetales anaranjados como las calabazas y las batatas contienen vitamina A para ayudarlo a este monstruo a ver por la noche



¡la leche contiene calcio para ayudarlo a este monstruo a mantener sus huesos fuertes!



las carnes magras, los frijoles y las nueces le dan a este monstruo mucha proteína para mantener sus músculos grandes y fuertes



los vegetales verdes están repletos de vitaminas y minerales para mantener el cerebro de este monstruo agudo para pensar en nuevos hechizos



los granos integrales como el trigo y el salvado le dan a este monstruo mucha energía para volar



mucha agua mantiene a este monstruo bien fresco en sitios muy calurosos

