

Aquí encontraras selecciones de comida saludable para ayudarte a crecer grande y fuerte.

- Dibuja un círculo alrededor de 6 comidas hechas de granos.
- Dibuja un cuadro alrededor de 2 vegetales.
- Dibuja una estrella alrededor de 3 frutas.
- Dibuja un corazón alrededor de 3 productos lácteos.
- Dibuja un triángulo alrededor de 2 fuentes de proteínas.



yogur
bienestar
proteína
huesos
queso
calcio
leche



El Dairy Council of Florida es una organización sin fines de lucro que trabaja con escuelas, profesionales de nutrición y otras organizaciones para fomentar un ambiente positivo y saludable promoviendo productos lácteos ricos en nutrientes.



Florida Dairy Farmers es una organización financiada por granjeros lecheros que trabajan para educar a consumidores sobre la industria en el estado de Florida, y también para promover los productos lácteos como parte de una dieta saludable.

Para más información y actividades para niños, como el video de SunnyBell, visite www.floridamilk.com/sunnybell.

Visita FloridaMilk.com para actividades de diversión y juegos, y para descargar gratis nuestro SunnyBell iPad app.

Gracias a Wisconsin Milk Marketing Board por su contribución para ayudar a crear este panfleto.

FLORIDA DAIRY FARMERS

1003 Orienta Ave., Altamonte Springs, FL 32701
407-647-8899 | 800-516-4443 | FloridaMilk.com

FLORIDA DAIRY FARMERS' PANFLETO DE ACTIVIDADES



JUEGO DE PALABRAS

- Día de la semana
- Ciudad en el estado de Florida
- Nombre de un hombre
- Adjetivo
- Adjetivo
- Número de 3 dígitos
- Número de 3 dígitos
- Color
- Color
- Color
- Nombre de una mujer
- Comida láctea
- Bebida láctea
- Ciudad en el estado de Florida
- Nombre de un supermercado

UN DÍA EN LA GRANJA LECHERA

El _____ pasado, mis padres me llevaron a _____ para visitar la granja lechera de mi tío _____.

Yo nunca había visitado a una granja y estaba bien _____.

Cuando llegamos, me sorprendió lo _____ que era el lugar. Mi tío nos enseñó toda la granja. ¿Puedes creer que tiene más de _____ hectáreas de tierra, y _____ vacas? Algunas de las vacas eran _____ y otras eran _____.

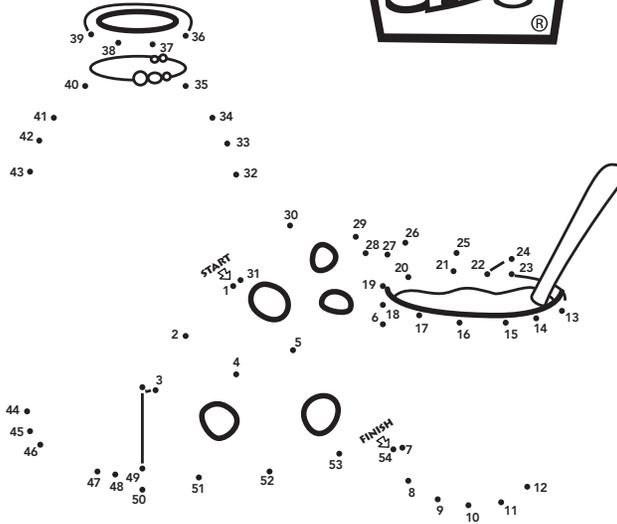
Era un día bien caliente, y mi tía _____ nos trajo _____ para comer y _____ fría para tomar. Después mi tío me enseñó como ordeñar una vaca. ¿Sabías que casi todas las vacas producen 60 libras de leche cada día? ¡Qué increíble!

Mi tío me explico que cada día después que terminan de ordeñar todas las vacas, el conduce su camión a un lugar en _____ donde examinan la leche para asegurarse de que es saludable para beberla. Después, mandan la leche a diferentes supermercados como _____.

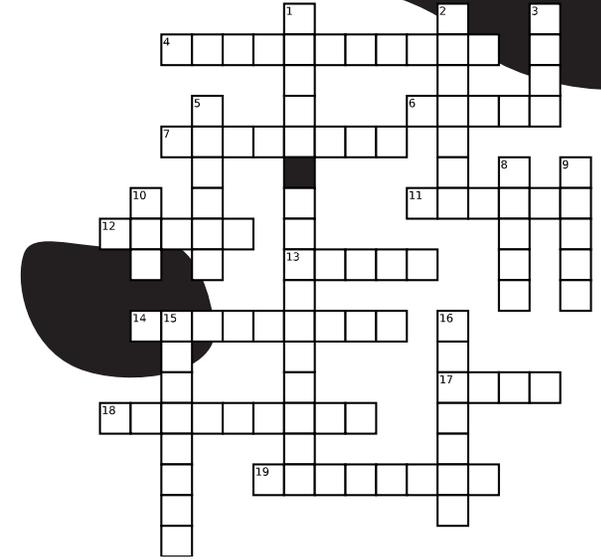
Agradezco tanto lo que hacen los granjeros lecheros de Florida como mi tío. Ellos trabajan duro para asegurarse de que tengamos leche fresca para beber y para que podamos crecer fuertes y saludables.

CONECTA LOS PUNTOS

Tres porciones de productos lácteos (queso, leche, o yogur) todos los días pueden ayudar a mantenerte saludable, y crecer con huesos y dientes fuertes.



CRUCIGRAMA DE VACAS



HORIZONTAL:

- Sabe rico con pan
- Las vacas comen _____ todos los días
- La leche sabe rica con esta merienda
- Bebida de frutas y leche fría
- Este mes es el mes nacional de los productos lácteos
- Un queso con hoyos
- Una vaca pequeña
- Debes comer _____ porciones de productos lácteos todos los días
- El sabor de leche más popular
- El sabor favorito de helado en E.E.U.U

VERTICAL:

- La leche baja en grasa también se llama esto
- El estado más grande de productos lácteos en el sureste
- La leche es aproximadamente 97 por ciento de esto
- El mineral en la leche que beneficia a los huesos
- Casi 1/5 de todo el queso de E.E.U.U. se usa para hacer _____
- Este producto lácteo es perfecto para una merienda
- Sonido de las vacas
- El _____ de una vaca tiene cuatro compartimentos para guardar alimentos
- Un slogan famoso de leche