



ELIJA OPCIONES
NUTRITIVAS
Y VARIADAS

NARANJAS LUCHADORAS

Crea hábitos alimenticios más saludables haciendo que tus hijos remuevan el exceso de grasa de su comida.

Tomamos una toalla de papel y creamos un divertido personaje con la ayuda de unas tijeras y nuestras simples plantillas que podrás encontrar en nuestro sitio web. Si decides crear una forma por tu cuenta, asegúrate de que sea sencilla, y así no habrá desperdicios. Cuando sirvas comida frita, algo que no deberías hacer con frecuencia, entrega las toallitas de papel a tus hijos, pon la comida en el centro y dobla la toalla, para que ésta pueda absorber el exceso de aceite. Al hacer esto, su comida será menos grasosa pero igual de deliciosa.

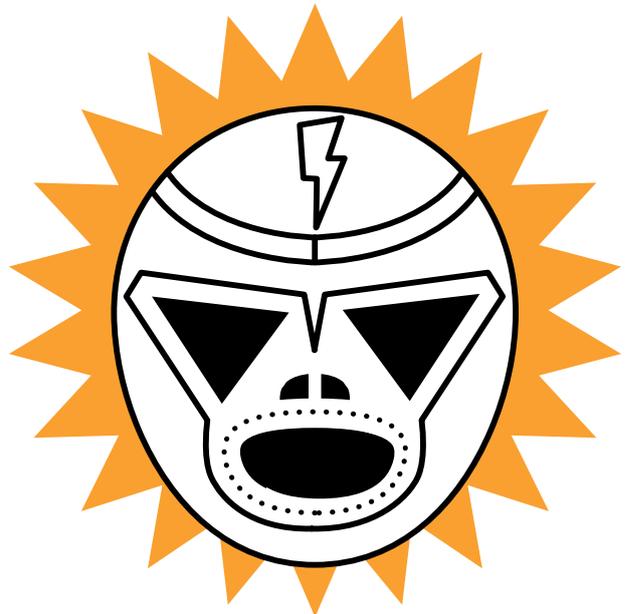
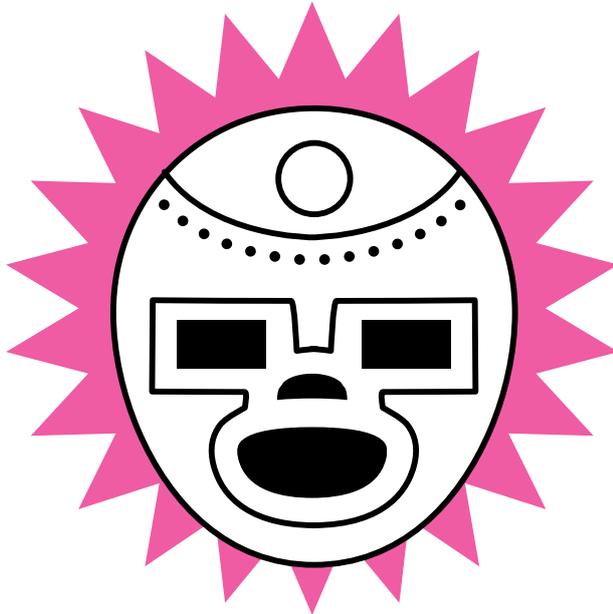
UNIDOS
POR NIÑOS SALUDABLES®

Necesitarás:

- Marcador
- Naranja
- Exprimidor

Instrucciones:

- Escoge uno de los luchadores.
- Escoge una naranja y dibuja la cara del luchador en él.
- Corta por la mitad y colócala en el exprimidor.
- ¡APRIETA!





ELIJA OPCIONES
NUTRITIVAS
Y VARIADAS

NARANJAS LUCHADORAS

Crea hábitos alimenticios más saludables haciendo que tus hijos remuevan el exceso de grasa de su comida.

Tomamos una toalla de papel y creamos un divertido personaje con la ayuda de unas tijeras y nuestras simples plantillas que podrás encontrar en nuestro sitio web. Si decides crear una forma por tu cuenta, asegúrate de que sea sencilla, y así no habrá desperdicios. Cuando sirvas comida frita, algo que no deberías hacer con frecuencia, entrega las toallitas de papel a tus hijos, pon la comida en el centro y dobla la toalla, para que ésta pueda absorber el exceso de aceite. Al hacer esto, su comida será menos grasosa pero igual de deliciosa.

UNIDOS
POR NIÑOS SALUDABLES®

Necesitarás:

- Marcador
- Naranja
- Exprimidor

Instrucciones:

- Escoge uno de los luchadores.
- Escoge una naranja y dibuja la cara del luchador en él.
- Corta por la mitad y colócala en el exprimidor.
- ¡APRIETA!

