

# SEMANA 3 HOJA DE TRABAJO

# GRANOS & PROTEÍNAS

CIRCULA LA COMIDA DE GRANO ENTERO:



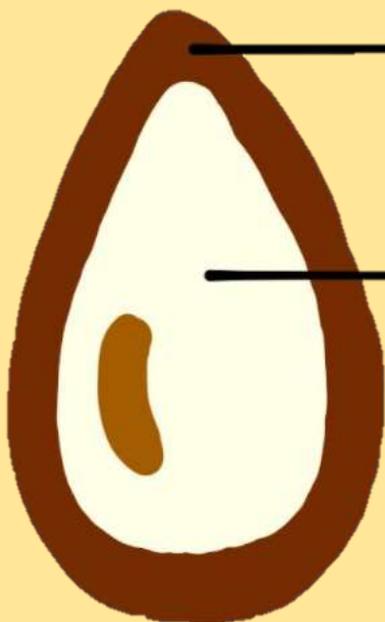
CIRCULE CUALES COMIDAS TIENEN PROTEÍNA:



CIRCULA CUAL CAJA CONTIENE FIBRA:

Parte  
Café:

Parte  
Blanca:



**RECUERDA QUE:**

**¡La FIBRA  
nos ayuda ir al  
baño!**

**¡Los granos  
enteros contienen  
nutrientes!**