

Alimentación Saludable: Juego de letras de bebidas saludables¹

Emily Minton²

¡Escriba en orden los nombres de las bebidas que se dan a continuación y determine cuáles puede beber a cualquier hora y cuáles debe limitar!

ET NSI LCUDE _ _ _ _ _

CHELE JBAA NE RSAGA

ELEHC TNERAE _ _ _ _ _

_ _ _ _ _

DBIAEBS OCN BSRAO A TSUARF

ET CEULD _ _ _ _ _

_ _ _ _ _

DOSA RGEURLA _ _ _ _ _

LCUB DASO _ _ _ _ _

UGAA _ _ _ _

Bebidas a cualquier hora

Limite estas bebidas



Créditos: Debora Cartagena, CDC



Créditos: Joey Manley CC 2.0, <http://bit.ly/H8kJaN>

Agua	Leche baja en grasa	Club soda	Té sin dulce
Soda regular	Té dulce	Bebidas con sabor a frutas	Leche entera
Limite estas bebidas			
Bebidas a cualquier hora			

1. The English version of this document is *Healthy Eating: Scrambling for Healthy Beverages* (FCS80015). Este documento, FCS80015-Span, es uno de una serie de publicaciones del Departamento de Ciencias de la Familia, la Juventud y la Comunidad, Servicio de Extensión Cooperativa de la Florida, Instituto de Alimentos y Ciencias Agrícolas, Universidad de la Florida. Publicado mayo 2012. Por favor visite EDIS en el sitio web <http://edis.ifas.ufl.edu>.
2. Emily Minton, BS, la anterior coordinadora del programa de ENAFS, Departamento de Ciencias de la Familia, la Juventud y la Comunidad, Servicio de Extensión Cooperativa de la Florida, Instituto de Alimentos y Ciencias Agrícolas, Universidad de la Florida, Gainesville, FL 32611.