

A JUGAR Y SABOREAR
CON NUESTRO

NUTRI PUZZLE

¡Aprendamos juntos sobre las
propiedades nutricionales de
los principales alimentos!

★ ¿CÓMO JUGAR?

1. Recorta el círculo de colores por la línea punteada.
¡Ese será el plato en donde serviremos los alimentos!
2. Ahora, recorta cada alimento y repártelo uno por uno a cada jugador hasta que no quede ninguno suelto.
3. De izquierda a derecha, cada jugador debe colocar un alimento en el color del plato que corresponda. Si se equivoca recoge la ficha y pasa el turno al siguiente jugador.
4. Gana el jugador que se quede sin fichas primero.
5. ¿Cómo verificar a qué color corresponden los alimentos?
Según la siguiente tabla que los otros participantes no deben poder ver:
 - **Alimentos energéticos:** cereales, harinas, tubérculos, menestras, aceites, frutos secos y paltas.
 - **Alimentos constructores:** carnes, vísceras, sangrecita, leche, queso y yogurt.
 - **Alimentos reguladores:** frutas y verduras.

¡Atención!
Supervisión de
un adulto

