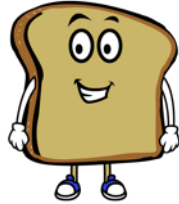


Guía De Chef Solus Para Estimar El Tamaño de Las Porciones Grupo Granos

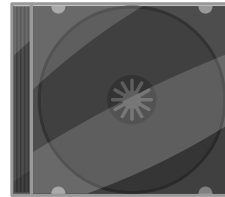
Aquí tenemos algunos artículos del hogar que se pueden utilizar para estimar rápidamente la porción que está poniendo en su plato.

El Tamaño De 1 Ración Del Grupo Granos

1 onza o rebanada de pan



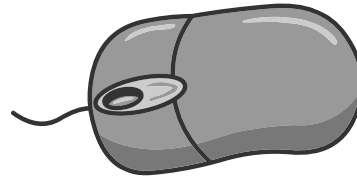
1 estuche de CD



1/2 taza arroz



1 ratón de computadora



1/2 taza de cereal



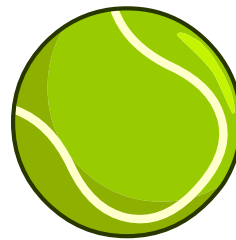
1/2 pelota de béisbol



1 onza of pretzels



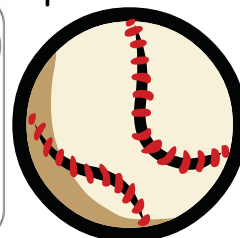
1 pelota de Tenis



1 taza de rositas de maíz



1 pelota de béisbol



¡Visite es ChefSolus.com para hojas de trabajo imprimibles gratis para los niños, juegos de educación nutritiva, consejos para comer saludablemente, metas para ejercicio y salud y un diario del comer y más!

Derechos de Autor © Nourish Interactive, Derechos Reservados