



La elección inteligente: La elección saludable

Nombre: _____

Fecha: _____

Banco de palabras:

etiqueta nutricional

tamaño de la ración

numero de raciones

grasa total

%DV

grasas saturadas

grasa trans

sodio

fibra

azúcar

alimento GO

parcialmente hidrogenado

alimento SLOW

sal

refrigerio saludable

Instrucciones: Escriba un ensayo de al menos 6 frases. Utilice la información que usted ha aprendido acerca de la lectura de las etiquetas de nutrición y la elección de refrigerios que sean alimentos Go. Seleccione una o dos palabras del banco de palabras que está en la con parte superior de la página para incluir en cada una de sus frases.