

# Azúcar



Alimento	Guess	Actual	Difference
Fresas, 1 Taza			
Cereal “Cheerios” Una Taza			
Platano			
Cinnabon (Panecillo de Canela)			
Barra de Cereal Multigrano			
Zanahorias pequeñas, 5			
Skittles, (bolsa de caramelos)1 bag			
“Mountain Dew,” 20 oz.			
Galleta de chocolate con grano entero (1)			
Sweet honey BBQ Sauce (2 cucharadas)			

1.¿Qué alimento tiene la mayor cantidad de azúcar?

2 ¿Qué alimento tiene azúcar natural?

¿Cómo le puede ayudar esta información a tomar mejores decisiones?