

Alimentación Saludable: Juego de letras de bebidas saludables¹

Linda B. Bobroff²

¡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	Leche entera	Bebidas con sabor a frutas	Té dulce
Limite estas bebidas		Bebidas a cualquier hora	

- Este documento, FCS80015-Span (the English version of this document is Healthy Eating: Scrambling for Healthy Beverages (FCS80015)), es uno de una serie de publicaciones del Departamento de la Familia, Juventud y Ciencias de la Comunidad, Servicio de Extensión Cooperativa de la Florida, Instituto de Alimentos y Ciencias Agrícolas, Universidad de la Florida (UF/IFAS). Fecha de primera publicación: mayo 2012. Revisado mayo 2016. Por favor visite EDIS en el sitio web <http://edis.ifas.ufl.edu>.
- Linda B. Bobroff, profesor, Departamento de la Familia, Juventud y Ciencias de la Comunidad; UF/IFAS Extension, Gainesville, FL 32611.

The Institute of Food and Agricultural Sciences (IFAS) is an Equal Opportunity Institution authorized to provide research, educational information and other services only to individuals and institutions that function with non-discrimination with respect to race, creed, color, religion, age, disability, sex, sexual orientation, marital status, national origin, political opinions or affiliations. For more information on obtaining other UF/IFAS Extension publications, contact your county's UF/IFAS Extension office.