

Septiembre

Frutas y Verduras: Mes de lo que más Importa

La mitad de
su plato
debe de
tener frutas
y verduras



Escoja
frutas y
verduras
frescas o
congeladas



Los niños de 2 a 3 años de edad:

Los niños de 2 a 3 años de edad:

1 taza de fruta 1 taza de verduras

Los niños de 4 a 8 años de edad:

1 ½ taza de fruta 1 taza de verduras



for great kids!

www.tipsforgreatkids.com

National Awareness Flyers