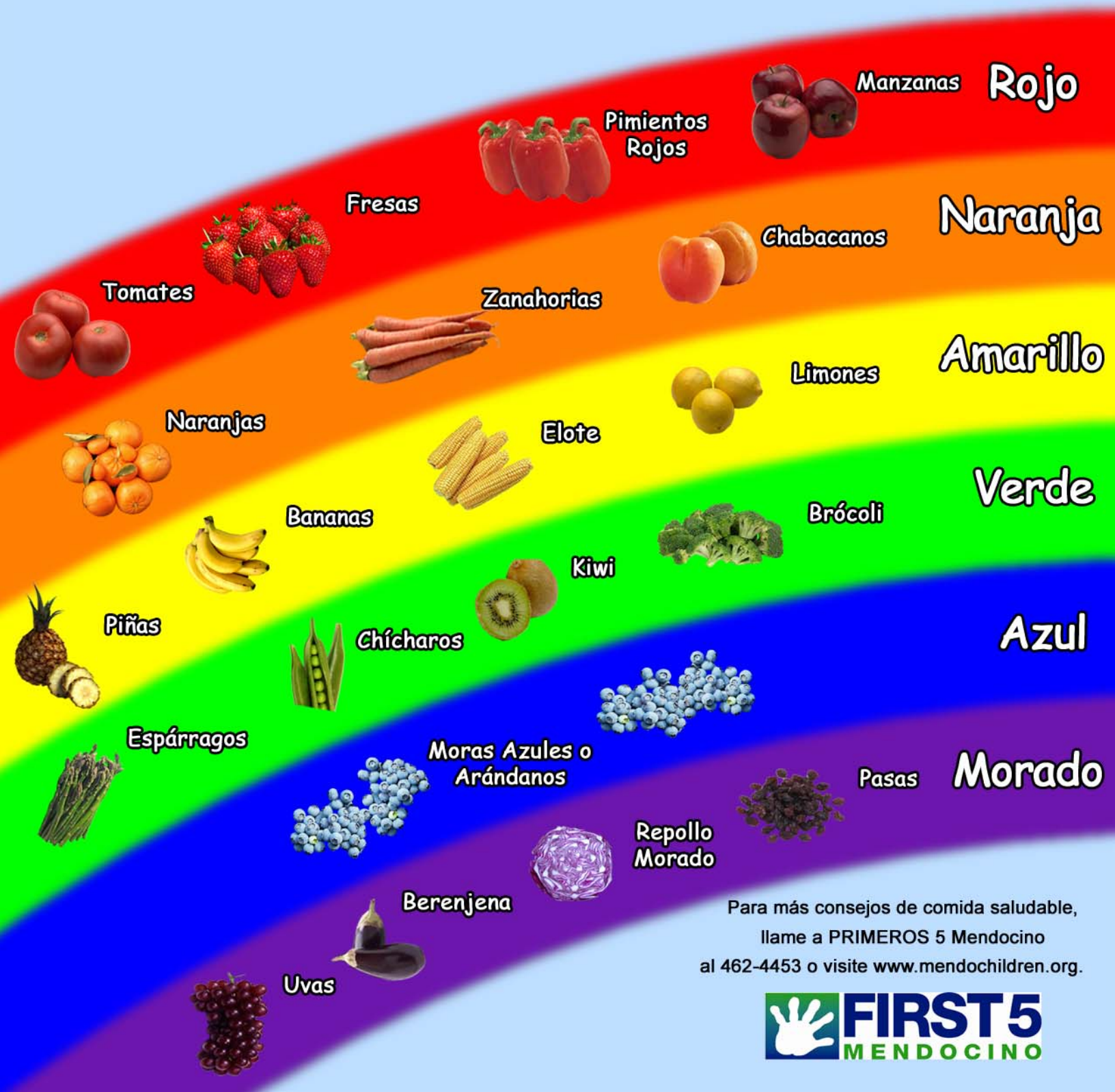


Coma los Colores del Arco Iris

¿Sabía que su hijo necesita 2 porciones de frutas y 3 porciones de verduras todos los días?

Para lograr hacer el comer saludable divertido, motive a su hijo a que coma los colores del arco iris. PRIMEROS 5 Mendocino provee la siguiente guía de alimentos coloridos que usted le puede servir a su hijo.



Para más consejos de comida saludable,
llame a PRIMEROS 5 Mendocino
al 462-4453 o visite www.mendochildren.org.

