

Las Frutas y Verduras - Coja un Arco Iris

Evaluación

Compruebe lo que usted ha aprendido sobre las frutas y verduras mirando a las exhibiciones y los folletos, entonces, conteste a las preguntas siguientes. Si usted tiene un bebé seis meses de doce meses, conteste a las preguntas para bebé también. Cuando usted termine, demuestre su papel terminado a lo secretario.

1. Las frutas y verduras frescas, _____, y _____ son todas buenas para usted.
2. Los hijos pueden ayudar a elegir las frutas y verduras en el almacén.
 - a. Verdad
 - b. Falso
3. Las frutas y verduras deben ser _____ de su plato.
4. ¿Qué frutas y verduras puede usted agregar a las comidas de la familia, en el mes próximo, para incluir los cinco colores del arco iris?
Enumérelos aquí:

Azul/Morado:

Verde:

Amarillo/Anaranjado:

Rojo:

Blanco:

Si usted tiene un bebé seis meses o más viejo, conteste a estas preguntas también.

5. Un buen primer alimento para un bebé (cerca de seis meses) que probar es cereal del arroz del bebé con hierro.
 - a. Verdad
 - b. Falso
6. ¿Cuándo un bebé está comiendo el cereal del bebé con hierro, un bebé (cerca de siete meses) está listo para probar las frutas y verduras filtradas o hechas puré?
 - a. Verdad
 - b. Falso
7. Los bebés que están comiendo con éxito las frutas, verduras, y carnes filtrados, deben progresar a puré, entonces _____, y por último _____ de alimento.

Respuestas: 1. congeladas y conservadas 2. Verdad 3. mitad 4. Nombres de frutas y verduras 5. Verdad 7. cortada, pedazos