



Primera pista: *Frescas, dulces, crocantes y rojas.*

Segunda pista: *Es la merienda original para llevar adonde vayas.*

Información Nutricional: *1 pequeña, 55 calorías, 0 gramos de grasa*

Respuesta: **MANZANA**

Puntos HEALTHY: *5 puntos*

**JUEGO DE
ALIMENTOS
HEALTHY**



Primera pista: *Pequeñas, redondas, azules y dulces.*

Segunda pista: *Saben riquísimo con cereales o panqueques.*

Información Nutricional: *1 taza, 83 calorías, 0 gramos de grasa*

Respuesta: *ARÁNDANOS AZULES*

Puntos HEALTHY: *5 puntos*

**JUEGO DE
ALIMENTOS
HEALTHY**



Primera pista: *De color rojo brillante con una coronita de hoja verde; las puedes comprar en cajitas.*

Segunda pista: *Se usan frecuentemente para hacer pays y jaleas. Pero son igual de sabrosas si las sirves frescas y naturales.*

Información Nutricional: *1 taza, 53 calorías, 0 gramos de grasa*

Respuesta: *FRESAS*

Puntos HEALTHY: *5 puntos*

**JUEGO DE
ALIMENTOS
HEALTHY**



Primera pista: *De color anaranjado; puedes comerlas crudas o cocinadas.*

Segunda pista: *A veces se venden preparadas en tiritas pequeñas listas para merendar con aderezo Ranch sin grasa.*

Información Nutricional: *1 taza, 50 calorías, 0 gramos de grasa*

Respuesta: *ZANAHORIAS*

Puntos HEALTHY: *5 puntos*

**JUEGO DE
ALIMENTOS
HEALTHY**



Primera pista: *Esta merienda es mayormente frutas frescas cortadas en trozos.*

Segunda pista: *Tiene como condimento crema batida baja en grasa.*

Información Nutricional: *1 taza, 98 calorías, 1 gramo de grasa*

Respuesta: *COPA DE FRUTAS O PARFAIT DE FRUTAS*

Puntos HEALTHY: *5 puntos*

**JUEGO DE
ALIMENTOS
HEALTHY**



Primera pista: *Tortillas de tamaño regular rellenas con muchos tipos de vegetales y frijoles (habichuelas) en trocitos.*

Segunda pista: *Se sirven frescos o al vapor, sin queso o crema agria extra.*

Información Nutricional: *1 mediano, 245 calorías, 7 gramos de grasa*

Respuesta: *BURRITO O ENROLLADO DE VEGETALES*

Puntos HEALTHY: *5 puntos*

**JUEGO DE
ALIMENTOS
HEALTHY**



Primera pista: *Se puede pelar y preparar de muchas maneras diferentes.*

Segunda pista: *Es un alimento sencillo pero delicioso cuando se prepara al horno en su propia piel con una cucharadita de mantequilla.*

Información Nutricional: *1 pequeña, 162 calorías, 4 gramos de grasa*

Respuesta: *PAPA PEQUEÑA AL HORNO CON MANTEQUILLA*

Puntos HEALTHY: *4 puntos*

**JUEGO DE
ALIMENTOS
HEALTHY**



Primera pista: *Vegetales multicolores servidos en líquidos calientes.*

Segunda pista: *Da gusto tomarla con cuchara cuando hace frío.*

Información Nutricional: *1 plato mediano, 120 calorías, 3 gramos de grasa*

Respuesta: *SOPA DE VEGETALES*

Puntos HEALTHY: *5 puntos*

**JUEGO DE
ALIMENTOS
HEALTHY**



Primera pista: *Una merienda que disfrutan personas de todas las edades, hecha con nueces y frutas untables.*

Segunda pista: *Se sirven entre dos rebanadas de pan blanco.*

Información Nutricional: *1 mediano, 375 calorías, 18 gramos de grasa*

Respuesta: *SANDWICH DE MANTEQUILLA DE MANÍ Y JALEA*

Puntos HEALTHY: *3 puntos*

**JUEGO DE
ALIMENTOS
HEALTHY**



Primera pista: *Es una barra hecha de avena, nueces y frutas secas.*

Segunda pista: *A veces es crocante, pero ésta es chiclosa.*

Información Nutricional: *1 mediana, 125 calorías, 5 gramos de grasa*

Respuesta: *BARRA DE GRANOLA CHICLOSA*

Puntos HEALTHY: *3 puntos*

**JUEGO DE
ALIMENTOS
HEALTHY**



Primera pista: *Arriba: un pequeño remolino de helado de vainilla baja en grasa. Abajo: un cono crocante.*

Segunda pista: *Es congelado pero al mismo tiempo cremoso. Se derrite si tardas en comerlo.*

Información Nutricional: *1 pequeño, 216 calorías, 10 gramos de grasa*

Respuesta: *CONO DE HELADO SUAVE Y CREMOSO*

Puntos HEALTHY: *3 puntos*

**JUEGO DE
ALIMENTOS
HEALTHY**



Primera pista: *Puré con crema y trozos grandes de mantequilla.*

Segunda pista: *Porción grande con mucha salsa de carne.*

Información Nutricional: *1 taza, 400 calorías, 20 gramos de grasa*

Respuesta: *PURÉ DE PAPAS CON SALSA DE CARNE*

Puntos HEALTHY: *2 puntos*

**JUEGO DE
ALIMENTOS
HEALTHY**



Primera pista: *Una parte es crocante y la otra salada.*

Segunda pista: *Una porción grande de algo crocante, sobrecargado con una gran cantidad de queso procesado y, a veces, jalapeños.*

Información Nutricional: *1 grande, 900 calorías, 56 gramos de grasa*

Respuesta: *NACHOS CON QUESO EXTRA*

Puntos HEALTHY: *1 puntos*

**JUEGO DE
ALIMENTOS
HEALTHY**



Primera pista: *Es un pedazo cuadrado de chocolate blando (parecido a un pastel).*

Segunda pista: *Grande, azucarado y cubierto con nueces.*

Información Nutricional: *1 pedazo grande, 540 calorías, 33 gramos de grasa*

Respuesta: *BIZCOCHO DE CHOCOLATE CON NUECES*

Puntos HEALTHY: *0 puntos*

**JUEGO DE
ALIMENTOS
HEALTHY**



Primera pista: *Un alimento grasoso de forma triangular que mide unas 5 pulgadas de ancho y 7 pulgadas de largo.*

Segunda pista: *Se sirve en pedazos. Ésta es una sola porción con salsa de tomate y queso.*

Información Nutricional: *1 pequeño, 206 calorías, 8 gramos de grasa*

Respuesta: *PEDAZO PEQUEÑO DE PIZZA*

Puntos HEALTHY: *3 puntos*

**JUEGO DE
ALIMENTOS
HEALTHY**



Primera pista: *La parte de afuera es un taco frito.*

Segunda pista: *La parte de adentro es una porción de carne frita, lechuga cortada y tomate.*

Información Nutricional: *1 mediano, 285 calorías, 19 gramos de grasa*

Respuesta: *TACO FRITO CON CARNE DE RES*

Puntos HEALTHY: *3 puntos*

**JUEGO DE
ALIMENTOS
HEALTHY**



Primera pista: *A muchas personas les encanta esta merienda azucarada, hecha a base de granos de cacao, envuelta en papel de aluminio.*

Segunda pista: *Este ejemplo es de tamaño extra grande.*

Información Nutricional: *1 tamaño extra grande, 400 calorías, 22 gramos de grasa*

Respuesta: *BARRA DE DULCES (BARRA DE CHOCOLATE)*

Puntos HEALTHY: *0 puntos*

**JUEGO DE
ALIMENTOS
HEALTHY**



Primera pista: *Es una mezcla de leche, helado y fresas.*

Segunda pista: *Se sirve en un vaso grande (19 onzas) y se le añade crema batida y una cereza.*

Información Nutricional: *1 vaso grande, 890 calorías, 47 gramos de grasa*

Respuesta: *BATIDO DE FRESAS*

Puntos HEALTHY: *0 puntos*

**JUEGO DE
ALIMENTOS
HEALTHY**



Primera pista: *Por fuera, chocolate crocante. Por dentro, vainilla fría y cremosa.*

Segunda pista: *Un dulce congelado de forma rectangular.*

Información Nutricional: *1 grande, 260 calorías, 17 gramos de grasa*

Respuesta: *BARRA DE HELADO*

Puntos HEALTHY: *1 puntos*

**JUEGO DE
ALIMENTOS
HEALTHY**



Primera pista: *Es un círculo grande de masa dulce y muy frita.*

Segunda pista: *La capa de azúcar te da más sabor dulce y calorías extra.*

Información Nutricional: *1 grande, 330 calorías, 17 gramos de grasa*

Respuesta: *DONA GLASEADA*

Puntos HEALTHY: *0 puntos*

**JUEGO DE
ALIMENTOS
HEALTHY**