

# LIBRO PARA COLOREAR



*Four*  
**DEVORADORES**



Four  
**DEVORADORES**

# COLOREA LO QUE TE HACE BIEN

¡Colorea el paisaje y solo los alimentos que ayudan a **crecer fuerte y feliz!** Deja sin color los que no te hacen bien.



Escanea y cocina  
en casa con tu familia



Four  
**DEVORADORES**

# LA GRANJA FELIZ DEL SR. CHULETA

Colorea los animales, las plantas y a todos los que **cuidan del planeta.**

¿Puedes encontrar los 5 cerditos escondidos?



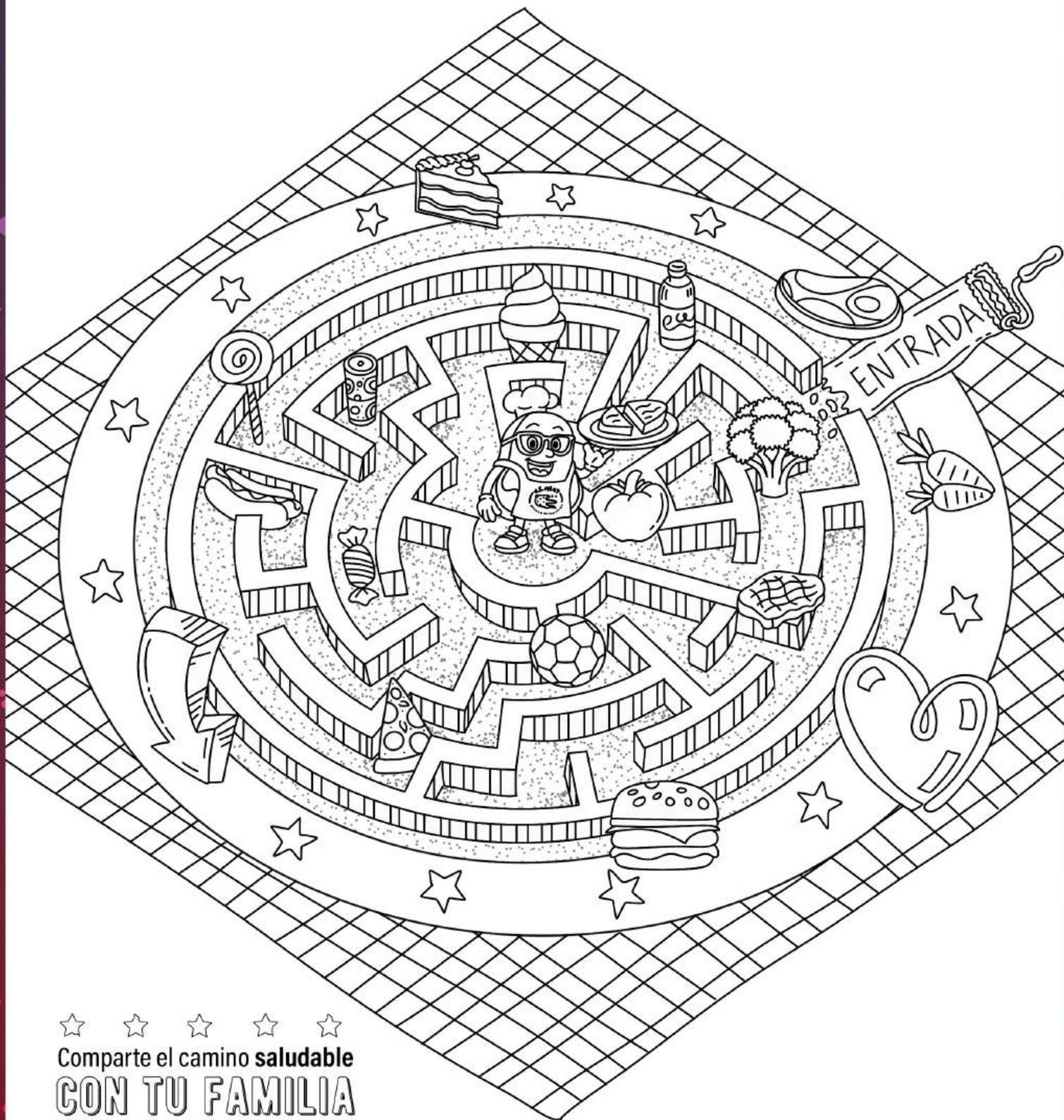
Descubre más en [www.devoradores.com](http://www.devoradores.com)



*Four*  
**DEVORADORES**

# LABERINTO DE LOS SABORES

Marca el camino que te lleva al SR. Chuleta y colorea el dibujo.



☆☆☆☆☆  
Comparte el camino **saludable**  
**CON TU FAMILIA**



Four  
**DEVORADORES**

# ARMA TU PLATO

Colorea los alimentos que creas que deben ir en tu plato.  
Luego recórtalos y pégalos en el plato devorador. ¡Crea tu plato ideal!



Escanea y cocina  
en casa con tu familia



Four  
**DEVORADORES**

# SECRETOS DE LA CARNE

## TRIVIA CRACK

Marca la **respuesta correcta**  
y colorea al SR. Chuleta.



¿Por qué la carne de res y cerdo de EE.UU. es buena para **crecer fuerte**?

- A Porque tiene muchas grasas malas.
- B Porque tiene proteínas de alta calidad.

R: Las carnes rojas son una excelente fuente de proteínas completas, esenciales para desarrollar músculos y mejorar



¿Cuál de estos minerales ayuda a **fortalecer** a sangre y evitar la anemia?

- A Hierro
- B Azúcar
- C Aceite

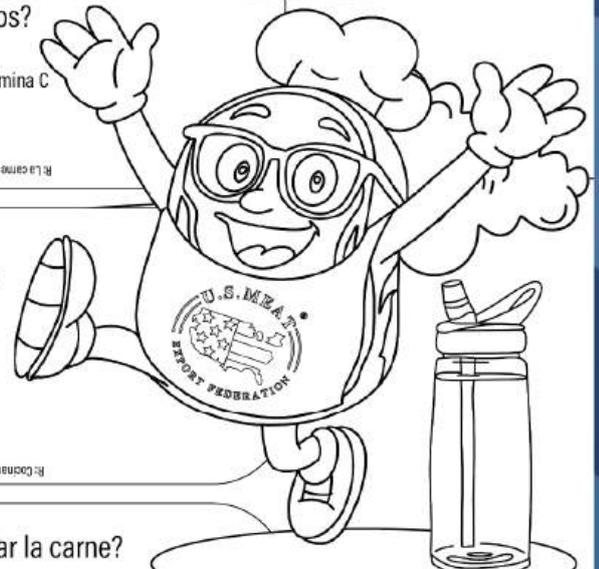
R: La carne roja contiene hierro, mineral clave para formar glóbulos rojos y prevenir la anemia.



¿Qué vitaminas tiene la carne que **ayudan** al sistema nervioso y a los nervios?

- A Complejo B incluyendo B12
- B Vitamina K
- C Vitamina C

R: La carne es rica en vitaminas del complejo B, como la B12, fundamentales para el sistema



¿A qué temperatura debe cocinarse la carne para que esté **segura y tierna**?

- A A 70° c
- B A 30° c
- C A 10° c

R: Cocínala hasta 70° C mata la mayoría de microorganismos y genera una textura tierna.

¿Cuál es la forma **correcta** de descongelar la carne?

- A Pasarla del congelador al refrigerador un día antes.
- B Dejarla afuera encima de la mesa.
- C Meterla en el microondas.

Lo ideal es pasar la carne del congelador al refrigerador un día antes y así conservar la calidad y seguridad.



Escanea y juega más trivias con Chuleta en [www.devoradores.com](http://www.devoradores.com).

