

MyPlate Crossword Puzzle

Visit web.uri.edu/snaped for more family-friendly recipes and information and follow us on social media!



Community Nutrition Education RI



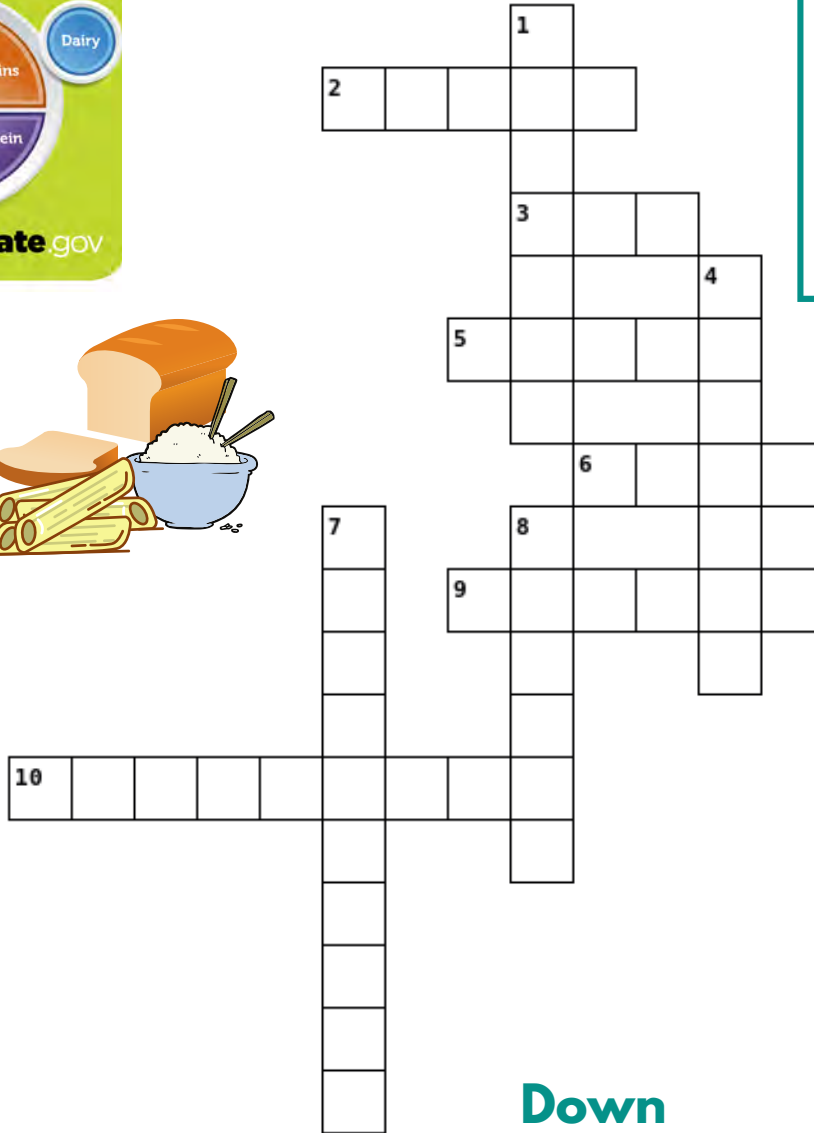
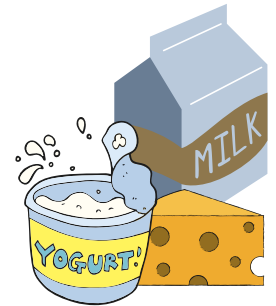
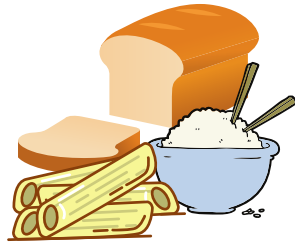
URI Nutrition



RISNPed



URI_Nutrition_Ed



Across

Down

2. This food group contains milk, cheese and yogurt.
3. You should eat at least ____ cups of fruits and ____ cups of veggies each day.
5. The amount of minutes of physical activity you should get every day.
6. The amount of your plate that should be filled with fruits and vegetables.
9. This food group contains strawberries, watermelon and grapes.
10. The process of using the healthy food you eat to live and grow

1. Meat, fish, eggs and beans are some foods in this food group.
4. This is used as a guide for healthy eating.
7. Carrots, spinach and peppers can be found in this food group.
8. This food group contains foods such as pasta, rice and bread.

MiPlato Crucigrama

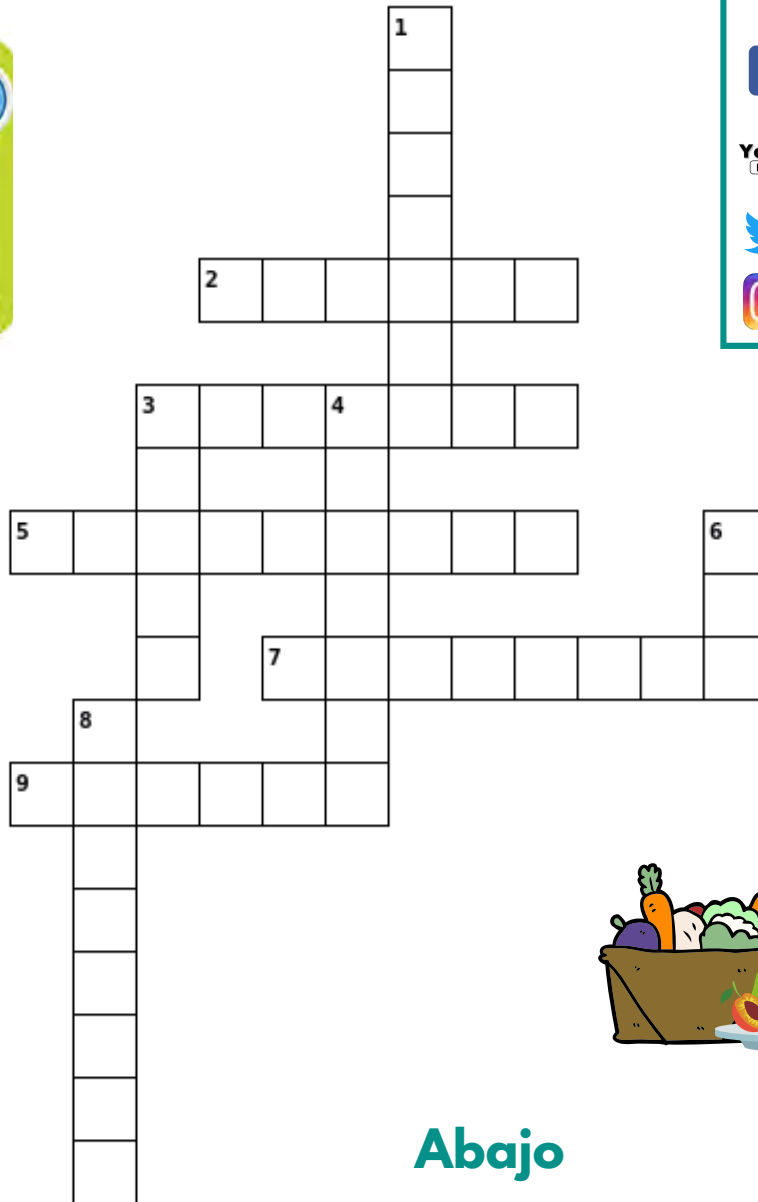
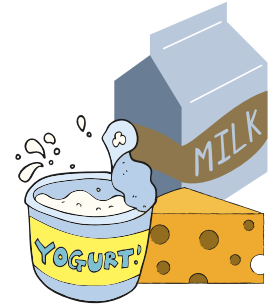
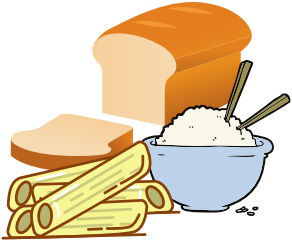
¡Visite web.uri.edu/snaped para más recetas familiares e información y síganos en las redes sociales!

Community Nutrition Education RI

URI Nutrition

RISNPEd

URI_Nutrition_Ed



A través

Abajo

2. Este grupo de alimentos contiene alimentos como pasta, arroz y pan.
3. Esto se utiliza como guía para una alimentación saludable.
5. El proceso de usar los alimentos saludables que comes para vivir y crecer.
7. En este grupo de alimentos se pueden encontrar zanahorias, espinacas y pimientos.
9. Este grupo de alimentos contiene fresas, sandía y uvas.

1. La cantidad de minutos de actividad física que debe realizar todos los días.
3. La cantidad de su plato que debe ser llenado con frutas y verduras.
4. Este grupo de alimentos contiene leche, queso y yogurt.
6. Debe comer al menos _____ tazas de frutas y _____ tazas de verduras cada día
8. La carne, el pescado, los huevos y las habichuelas son algunos alimentos en este grupo de alimentos.