

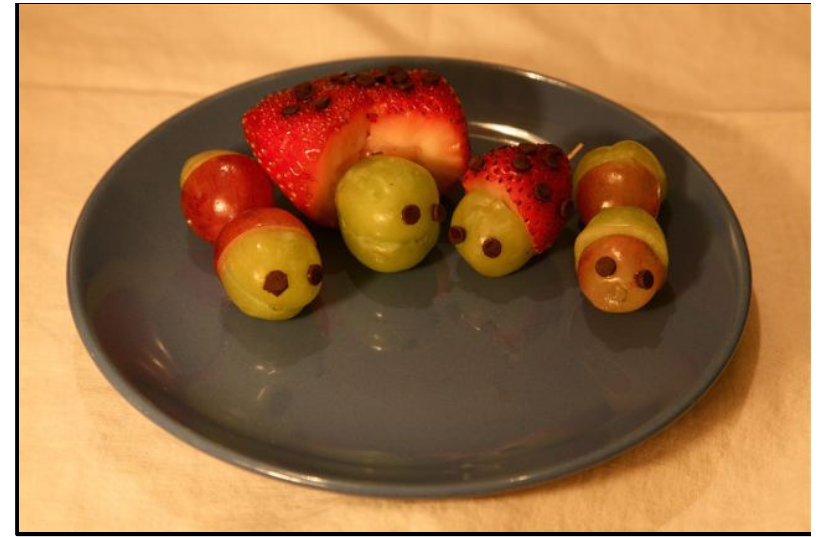
Arte Comestible

Ingredientes:

- fresas
- uvas
- palillos
- 1 cucharada de chocolate en trocitos pequeños

Instrucciones:

Corta las uvas por la mitad. Haz orugas o mariquitas uniéndolas frutas con palillos y utiliza los pedacitos de chocolate para hacer los ojos.



Ejercicio: Corre sin moverte del sitio levantando las rodillas- cuenta hasta 20 y repítelo 3 veces descansando una vez.



Reflexión: Esta obra maestra es casi demasiado bonita para comérsela!
Las frutas están llenas de vitaminas que fortalecen tu sistema inmunológico y te mantienen saludable todo el año!

Pensamiento Delicioso: _____

Nurture: www.nurtureyourfamily.org

