

Nombre:

**Video: [Mi pirámide](#)-(Interpretive)--Escucha y completa los espacios en blanco. Necesitas escuchar el video varias veces.**

1. Al cabo (after) de \_\_\_\_\_ años era hora de cambiar la pirámide de alimentos.
2. Para lograrlo (to achieve it), volcamos (we turned) de \_\_\_\_\_ la pirámide.
3. Ahora todas las franjas (stripes) llegan desde la cúspide de la pirámide hasta la \_\_\_\_\_.
4. The width at the base reminds us that we need to eat more of \_\_\_\_\_ and less of \_\_\_\_\_.
5. ¿Qué significa el anaranjado? \_\_\_\_\_
6. ¿Qué significa el verde? \_\_\_\_\_
7. ¿Qué significa el rojo? \_\_\_\_\_
8. ¿Qué significa el azul? \_\_\_\_\_
9. ¿Qué significa el morado? \_\_\_\_\_
10. ¿Qué significa el Amarillo? \_\_\_\_\_  
¿Cómo debes elegir los aceites? \_\_\_\_\_.
11. Los escalones (steps) nos recuerda hacer \_\_\_\_\_ todos los \_\_\_\_\_.
12. ¿Cuántos tipos de pirámides hay?
13. What will your type of pyramid depend on?



**Mi Pirámide** Para niños

Las grasas son necesarias para una buena salud. Obténlas del pescado, oleaginosas, y aceites líquidos como el de maíz, el de oliva, y el de soja.

Encuentra tu balance entre comida y diversión

Grasas y azúcares - Conoce tus límites

USDA

