

# SOPA DE LETRAS

Ayuda a Super Mueli a encontrar los Alimentos Buenos y los Alimentos Malos en esta sopa de letras.

## ALIMENTOS BUENOS:

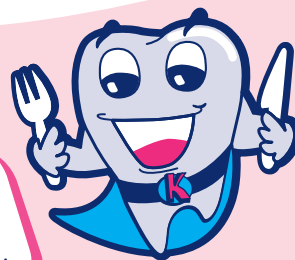
NARANJA  
TOMATE  
LECHE  
YOGUR  
CARNE  
PESCADO

## ALIMENTOS MALOS:

PIRULETA  
BOLLO  
CARAMELO  
AZÚCAR  
NUBE  
COLA

P N P A P E H C E L A P  
I K A R O L E M A R A C  
R Y O R S A N A T N A M  
U T O M A T E Ú S Ú Z O  
L U Z G L N U B E O U L  
E O L E U E J E C E C L  
T C O L A R T A T A T O  
A U B A P E S C A D O B  
R A C Ú Z A C E N R A C

Busca alimentos ricos en Vitamina C.  
La falta de Vitamina C puede provocar:  
encías sangrantes, gingivitis y esmalte débil.  
La encontrarás en naranjas, limones, manzanas, tomates ...



Si comes frutas, verduras y especialmente los alimentos  
que llevan calcio como el queso, el yogur y la leche,  
tendrás los dientes y las encías fuertes y sanos.



Come MENOS golosinas. Llevan mucho azúcar y tus  
dientes se pondrán feos y enfermos. Si comes algún dulce  
o golosinas, mira que no sea por la noche.



Come alimentos ricos en fósforo para una buena estructura  
de los dientes. Huevos, lácteos, pescado, carne, legumbres, nueces...

