

¿SABÍA USTED?

Su mano es el tamaño de su porción!



Supporting Providers. Empowering Parents.™

QUALITY
START
LOS ANGELES



2 Dedos de Queso



1 Porción el Tamaño de su
Puno de Cada uno:
Carbohidratos y Verduras



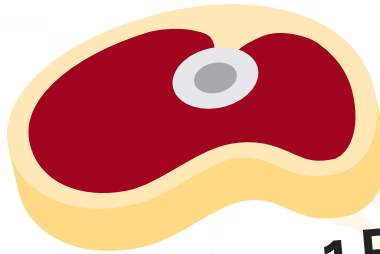
1 Yema del Dedo
de Mantequilla



1 Pulgar de
Mantequilla de
Cacahuete



1 Puño de
Frutas y
Nueces



1 Puño de Proteínas
(Medir Antes de
Cocinar)