



# Meriendas sin riendas



**Punto de partida:** ¡Los niños tienen posturas bien definidas sobre las meriendas! ~~Inicia con una conversación sobre sus meriendas favoritas.~~ ¿Qué suele merendar, y qué come con menos frecuencia? ¿Qué caracteriza a una buena merienda? ¿Le gustan las cosas dulces? ¿Saladas? ¿Crujientes?

**Tema a desarrollar:** Dibuja tu merienda favorita y escribe lo que te gusta de ella.

**Cómo profundizar:** Crea una lista de tus 3 meriendas favoritas, ordenándolas de acuerdo a lo mucho que te gustan. ¿Comerías la misma merienda todos los días? ¿Sería saludable si no comieras otra cosa? (Usa el reverso de esta página para escribir y dibujar).