Power Your Moves

Word Scramble

Cross out all the fruit and vegetable names horizontally within the word puzzle below and reveal the message.

A P P L E K I W I E A T W A T E R M E L O N
P I N E A P P L E 5 B A N A N A O R A N G E
C A U L I F L O W E R G R A P E F R U I T
S Q U A S H F R U I T S T O M A T O P E A S
B E A N S S P I N A C H A N D B R O C C O L I
R A D I S H C A R R O T O K R A C E L E R Y
M A N G O V E G E T A B L E S P L U M
A S P A R A G U S B L U E B E R R Y P E A R
C H E R R Y E A C H P E A C H L E T T U C E
O N I O N R A S P B E R R Y D A Y L E M O N

_____ ___ _____ ___ _____ _____ ___.

tip: At a fast food restaurant? Try a grilled chicken sandwich and a side salad.

Funnies

Q: What do you call tired popcorn?

WORLD TRAVELER

WHICH STATE IS THE LARGEST GROWER OF EACH OF THESE FRUITS AND VEGETABLES? MATCH 'EM UP!

Fruits/Vegetables	States
Pineapple ❍	❍ Florida
Sweet Potato ❍	❍ California
Blueberries ❍	❍ Washington
Cauliflower ❍	❍ North Carolina
Eggplant ❍	❍ Michigan
Apples ❍	❍ Hawaii

Fruits and vegetables are my secret power-pack to help me play hard every day.

Chili Popcorn

Power Panther™ says... Eat Smart. Play Hard.™
www.fns.usda.gov/eatsmartplayhard

Quick & Easy Snacks

Food and Nutrition Service
The USDA is an equal opportunity provider and employer.
July 2007

Funnies Answer: Popped corn!

World Traveler Answer: Cauliflower-California, Pineapple-Hawaii, Sweet Potato-North Carolina, Blueberries-Michigan, Apples-Washington, Eggplant-Florida.

Word Scramble Answer: Eat 5 fruits and vegetables each day.

Impulsa tus movimientos

Mezcla de palabras

Tacha todos los nombres de las frutas y los vegetales horizontalmente dentro de las letras a continuación y revela el mensaje.

M A N Z A N A K I W I C O M E
S A N D Í A P I Ñ A 5 B A N A N A
N A R A N J A C O L I F L O R
C A L A B A Z A F R U T A S T O M A T E
G U I S A N T E S F R I J O L E S
E S P I N A C A Y B R Ó C O L I
Z A N A H O R I A Q U I N G O M B Ó
A P I O M A N G O V E G E T A L E S
C I R U E L A E S P Á R R A G O
A R Á N D A N O P E R A C E R E Z A
C A D A M E L O C O T O N T O R O N J A
L E C H U G A C E B O L L A R Á B A N O
F R A M B U E S A D Í A L I M Ó N

____ ___ _____ ____ _____ _____ ____.

Sugerencia

¿Te encuentras en un restaurante de comida rápida? Prueba un sándwich de pollo asado y una porción de ensalada.

Chistes

P: ¿Saltando, saltando, se visten de blanco, quien es?

Palomitas de maiz con chile en polvo

VIAJERO MUNDIAL

¿CUÁL ESTADO ES EL MAYOR PRODUCTOR DE CADA UNA DE ESTAS FRUTAS Y VEGETALES? ¡EMPÁTALOS!

Frutas/vegetales	Estados
Piña ❍	❍ Florida
Batata ❍	❍ California
Arándanos ❍	❍ Washington
Coliflor ❍	❍ Carolina del Norte
Berenjena ❍	❍ Michigan
Manzanas ❍	❍ Hawaii

Power Panther™ dice... Aliméntate Bien y Juega Fuerte.
www.fns.usda.gov/eatsmartplayhard

Respuesta al Chiste: Palomitas de maiz.

Respuesta para el Viajero Mundial: Coliflor-California, Piña-Hawaii, Batata- Carolina del Norte, Arándano-Michigan, Manzanas-Washington, Berenjena- Florida

Respuesta a Mezcla de Palabras: Come 5 frutas y vegetales cada día.

USDA Food and Nutrition Service
USDA es un proveedor y empleador que ofrece oportunidad igual para todos.
July 2007
MiPirámide