

Recomendaciones de Libros para Niños de “Héroe de Alimentos”



Si su niño escucha o lee la historia de un alimento, es probable que le entusiasme más para probarlo. Todos los libros listados están publicados en inglés y español. Los títulos con un asterisco (*) son bilingüe – inglés y español en un libro.

Título	Autor	De que se trata...
¡A comer!*	Pat Mora	Los niños juegan afuera antes de sentarse con la familia para comer una comida saludable.
¡Carlos y Clarice se Muueven hacia la leche baja en grasa!	Kathy Reeves, Mary Stickney, y Diane Bowden	Una vaca y su hijo hablan sobre la importancia de leche baja en grasa. El lector también aprende como ser activo.
¿Qué hay de almuerzo?*	Mary Risk	Los niños preparan ingredientes para hacer una pizza para una cena familiar.
¿Qué hay en la bolsa de abuelita?	Hui-Mei Pan	Hay lengüetas que los niños puedan adivinar y luego tirar para ver que comidas hay en la bolsa de abuelita.
A Sembrar Sopa de Vegetales	Lois Ehlert	El proceso de cómo vegetales crecen de semillas hasta llegar a ingredientes que se pueden usar para una sopa.
Caldo Caldo Caldo*	Diane Gonzales Bertrand	Mama y sus hijos cocinan una sopa de vegetales juntos. Papa lleva a los niños a comprar tortillas.
Castor Jardinero	Lars Klinting	Harvey el Castor y si amigo crecen frijoles y luego los comen para la cena. (El cuento también está disponible en alemán.)
Cuenta Con Pablo	Barbara DeRubertis	Empezando matemática. Pablo le ayuda a abuelo para preparar productos para vender en el Mercado de Granjeros – ¡el tiene una muy buena idea!
Doblate Y Estirate	Pamela Hill Nettleton	Aprenda como los músculos y los huesos del cuerpo trabajan juntos.
El Chú-Chú Tren de Grano Integral	Kathy Reeves	Libro gratuito para descargar. El tren Choo Choo encuentra granos integrales para los niños.
El Gusto del Mercado Mexicano*	Nancy Maria Grande Tabor	Construya un vocabulario bilingüe de comparar, pesar, y contar mientras va de compras en un mercado mexicano. Después, comen juntos.
El jardin de Victoria	Diane Stango	¡Vicky siembra un jardín porque le gusta mucho los vegetales! Vicky y su papa disfrutan de las verduras para la cena.
El Loro Tico Tango	Anna Witte	El loro colecta una variedad de frutas del bosque para una ensalada de fruta. Es un cuento sobre compartiendo.
El sandwich de Carla	Debbie Herman	El almuerzo de Carla tiene varios sándwiches inusuales. Sus compañeros aprenden que “inusual” puede ser bueno.

Título	Autor	De que se trata...
Fiesta Para 10	Cathryn Falwell	Un libro de contar. La familia planea y cocina una cena empezando desde la tienda hasta sirviendo la comida en la mesa.
Frutas y Vegetales*	Rosa-Mendoza Gladys	Hermosos gráficos de frutas y verduras frescas en este texto bilingüe.
La Leche de La Vaca Al Envase	Aliki	El viaje de leche desde el pasto verde a la vaca y terminando en un vaso de leche sobre la mesa.
La oruga muy hambrienta	Eric Carle	El gusano come frutas todos los días de la semana. Un día, come golosinas menos saludables y le duele el estomago. Es un cuento sobre la importancia de comer saludable.
La Sorpresa de Handa	Eileen Browne	Aprenda de las diferentes frutas en Kenia mientras practica contando. También es una buena forma de practicar actividades físicas (como caminando). Es disponible en varios idiomas.
Las Tortillas de Magda *	Becky Chavarria-Chairez	La abuela de Magda le enseña cómo hacer tortillas. Las prepara en varias formas que a su familia le divierte.
Matar Los Germenés	Melanie Mitchell	Fotos ayudan a enseñar donde viven los gérmenes y cómo prevenirlos.
Me Suenan La Panza	Pamela Hill Nettleton	Aprenda sobre el rol del estomago en transformando comida a energía.
Nos Gusta Ayudar a Cocinar	Marcus Allsop	Un grupo de niños multiculturales realizan tareas apropiadas para sus edades. Rimas incluidas.
Nos Gusta Comer Bien	Elyse April	Un grupo de niños multiculturales disfrutan de comidas y hábitos saludables. Rimas incluidas.
Nunca Jamás Comere Tomates	Lauren Child	Lola, quisquillosa con la comida, esta tentada a comer vegetales cuando su hermano les da nombres diferentes.
Papas El Martes	Dee Lillegard	Una familia de mapaches come diferentes vegetales para cada día de la semana, terminando con un guiso.
Sopa de Zanahoria	John Segal	Un conejo crece zanahorias con paciencia y sus amigos se juntan para sorprenderlo.
Una fiesta con pizza	Grace Maccarone	Un papa prepara una fiesta con pizzas para su hijo y sus amigos. Los niños trabajan juntos para preparar la masa y añadir los ingredientes.

Este material fue preparado en parte con apoyo financiero del Supplemental Nutrition Assistance Program del USDA. El Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP en inglés) pone alimentos saludables a su alcance - llame a Oregon SafeNet, 1-800-723-3638. De acuerdo a lo establecido por las leyes Federales y las normas del USDA se prohíbe a este organismo la discriminación por raza, color, origen nacional, sexo, edad, religión, creencias políticas o discapacidades. USDA es un proveedor y empleador que ofrece oportunidad igual para todos. ©2012 Oregon State University. Con la cooperación del Servicio de Extensión de Oregon State University (OSU por sus siglas en inglés). El Servicio de Extensión de OSU ofrece programas, actividades y materiales educativos sin discriminación basada en raza, color, religión, sexo, orientación sexual, origen nacional, edad, estado civil, discapacidad, o estado de veterano discapacitado o veterano de la época de Vietnam. El Servicio de Extensión de OSU es una institución que ofrece igualdad de oportunidades.