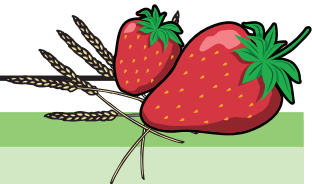


Cheerios y Fruta



Ingredientes:

- 1 caja de Cheerios o de otro cereal integral, de poca azúcar
- leche 1% o descremada

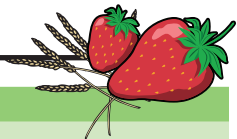
- 1 banano, cortado en pedazos pequeños
- fresas frescas cortadas en pedazos pequeños



Instrucciones:

- 1 Sirva una taza de cereal y agregue la leche.
- 2 Rocíe con pedazos pequeños de banano y fresas.





Consejos:

Corte los bananos y las fresas en pedazos no más grandes de $\frac{1}{2}$ pulgada para evitar el ahogo.

La leche baja en grasa (1% y descremada) es apropiada *solamente* para los niños mayores de dos años.