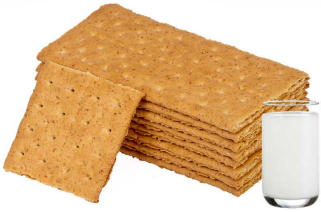


Nombre \_\_\_\_\_

Fecha \_\_\_\_\_

4. Cumpleaños de Sylvester Graham- Julio 5 de 1794

## Esto no puede ser saludable



A Roger le encantan las galletas de chispas de chocolate, especialmente las que hace su mamá. Si ella lo dejara, él comería galletas en todas las comidas. Las mamás saben más, así que ella insiste que Roger coma comida sana – cosas como frutas, vegetales, pollo y pescado. Ella trata de que él coma pan integral, pero él dice que eso sabe a cartulina. Roger no le ha dado realmente una oportunidad a los granos integrales. Él simplemente cree que si son saludables, deben ser desabridos.

Un día, mientras la mamá de Roger estaba en el supermercado, vio una caja de galletas Graham en un estante. Ella no las había probado desde que era una niña y había olvidado lo deliciosas que eran. Las galletas Graham están hechas con harina integral de trigo, así que no sólo son sabrosas sino también nutritivas. Ella decidió hacer un pequeño experimento con Roger. Ella le daría galletas Graham en su merienda después de la escuela, pero no le diría que estaban hechas con harina integral hasta que primero las probara.

Cuando Roger llegó a casa de la escuela, estaba tan hambriento que engulló las galletas Graham, sin siquiera preguntar qué eran. Cuando su mamá le dijo de qué estaban hechas, Roger estaba impactado y dijo:

—Esto no puede ser saludable. Sabe demasiado bien. Su mamá se rió y dijo:

—Quizás hay esperanza de que te llegue a gustar la comida integral, después de todo.

---

***Basándote en la historia, decide si las siguientes oraciones son verdaderas o falsas. Luego, rellena el círculo al lado de la respuesta correcta.***

1. En la historia, a Roger le encanta comer galletas de chispas de chocolate.  
 Verdadero     Falso
2. La mamá de Roger lo deja comer galletas en todas las comidas.  
 Verdadero     Falso
3. La mamá de Roger compró galletas Graham para que él las probara.  
 Verdadero     Falso
4. Las galletas Graham están hechas de harina integral y son una merienda saludable.  
 Verdadero     Falso
5. Roger se comió las galletas Graham después de la escuela, pero no le gustó su sabor.  
 Verdadero     Falso