

Reproducible Master

## ESTIMADO PADRE, MADRE O TUTOR:

Este es el momento perfecto para darle vida a sus comidas con **eat brighter!**<sup>TM</sup>, un movimiento formado conjuntamente por la industria de frutas y verduras y Sesame Workshop donde se utilizan los personajes de Sesame Street para alentar un mayor consumo de frutas y verduras en los niños.

En la escuela, su hijo ha aprendido sobre Aguacates de México porque los aguacates son una fruta especial que contiene grasas saludables, está repleta de nutrientes y está comprobado que es buena para el corazón. Los aguacates también tienen un sabor delicado y una textura cremosa que a los niños les encantan. De hecho, los aguacates son una forma sabrosa de agregar nutrientes a cada comida, incluida la más importante del día: ¡el desayuno! Visite [avocadosfrommexico.com/recipe](http://avocadosfrommexico.com/recipe) para descubrir ideas deliciosas sobre cómo incluir este refrigerio saludable en el desayuno, y otras comidas y refrigerios. Además, encontrará recetas que convertirán cada celebración estacional en un evento más saludable y feliz.

Aguacates de México, la marca líder en venta de aguacates en los Estados Unidos, son 100 % naturales, se cosechan a mano, y no requieren ningún procesamiento, como así tampoco conservantes ni realzadores de sabor. Obtenga más información sobre los beneficios del aguacate en [avocadosfrommexico.com/nutrition-facts](http://avocadosfrommexico.com/nutrition-facts).

Puede encontrar más información sobre los Aguacates de México y también recetas saludables en las hojas de trabajo que su hijo trajo hoy de la escuela. Écheles un vistazo para informarse más sobre los eternamente deliciosos aguacates y la forma en la que puede ayudar a su hijo a comenzar cada día con un desayuno rico y saludable.

Atentamente,

### EL MAESTRO DE SU HIJO



Aguacates de México es una marca certificada por la American Heart Association®. La certificación no se aplica a las argumentaciones científicas.

Si bien son muchos los factores que inciden en las enfermedades cardíacas, el consumo de aguacates en una dieta baja en grasas saturadas y colesterol puede reducir el riesgo.

