



# Mi Lista de Compras

Planee, compre, ahorre y cocine

---

---

---

---

---

---

---

---

## Mi Meta

Elija una meta para trabajar en ella antes de la próxima clase.

- Usaré mi lista de compras para comprar el mandado.
- Crearé otro menú para la cena.
- Cocinaré para mi familia en casa el platillo que planeé en la clase de hoy.
- Involucraré a mis hijos en la planeación y preparación de un platillo esta semana.

*Planee, compre, ahorre y cocine -Adapted from the Eating Smart, Being Active Curricula*