











































Kids deserve the best.

Tabla de líquidos

Objetivo: beber _____ vasos de líquido cada día.

Use esta tabla para llevar la cuenta de la cantidad de líquido que consume. Indique a su hijo que tache o coloree una de las imágenes cada vez que beba un vaso.

| | | | | | | |
|------------------------|---|---|---|--|---|---|
| Día 1 |  8 oz |  8 oz |  8 oz |  8 oz |  8 oz |  8 oz |
| Día 2 |  8 oz |  8 oz |  8 oz |  8 oz |  8 oz |  8 oz |
| Día 3 |  8 oz |  8 oz |  8 oz |  8 oz |  8 oz |  8 oz |
| Día 4 |  8 oz |  8 oz |  8 oz |  8 oz |  8 oz |  8 oz |
| Día 5 |  8 oz |  8 oz |  8 oz |  8 oz |  8 oz |  8 oz |
| Día 6 |  8 oz |  8 oz |  8 oz |  8 oz |  8 oz |  8 oz |
| Día 7 |  8 oz |  8 oz |  8 oz |  8 oz |  8 oz |  8 oz |