

Show Me the Energy! ¡Muéstrame la Energía!

Your child is learning that plants are an important source of food for animals and people. Even when we (or animals) eat meat, the source of the energy in food can be traced back to plants. Trace the energy in your dinner back to plant-based sources.

Su hijo o hija está aprendiendo que las plantas son un recurso importante de alimento para los animales y las personas. Aún cuando nosotros (o los animales) comemos carne, las fuentes de energía en los alimentos pueden ser trazados hasta las plantas. Tracen la energía de sus alimentos hasta las fuentes basadas en plantas.

What's for Dinner?: After dinner work with your child to make a list of each item your family ate. Which foods came directly from plants (all fruits, vegetables, grains, nuts and seeds, spices, many oils and products made from them)? Which foods came from animals (meat, fish and seafood, milk and dairy products, eggs, honey, lard and gelatin)? Write the list in a notebook, then create simple food chains tracing the origins of the food energy in each item back to plants. For example:

Glass of milk ⇒ cow ⇒ grass

Eggs ⇒ chicken ⇒ corn meal ⇒ corn plant

Fish ⇒ smaller fish ⇒ algae & aquatic plants

Honey ⇒ bees ⇒ flower nectar ⇒ flowering plant

Green beans ⇒ bean plant

¿Qué Vamos a Cenar?: Después de la cena, haga con su hijo o hija una lista de cada alimento consumido por su familia. ¿Cuáles alimentos provienen directamente de las plantas (todas las frutas, vegetales, granos, nueces, semillas, especias, muchos aceites y productos hechos de éstos)? ¿Cuáles alimentos provienen de los animales (carnes, pescados, mariscos, leche, productos lácteos, huevos, miel, manteca de cerdo y gelatina)? Escriban la lista en un cuaderno y, entonces, creen una cadena alimentaria sencilla trazando los orígenes de energía de los alimentos en cada artículo hasta las plantas. Por ejemplo:

vaso de leche ⇒ vaca ⇒ pasto

huevos ⇒ gallina ⇒ comida a base de maíz ⇒ planta de maíz

pescado ⇒ pececitos ⇒ algas y plantas acuáticas

miel ⇒ abejas ⇒ néctar ⇒ planta con flores

habichuelas ⇒ planta de habichuelas