



Alargando los Dólares para Comida: Sea un(a) Comprador(a) Listo(a)

(Making the Most of Your Food Dollars: Be a Smart Shopper)

Lo que hace:

1. Seleccione uno de los alimentos favoritos de su familia y compare el precio de este alimento con una marca de tienda y con una marca nacional.



Marcas Nacionales vs. Marcas de Tienda

	Marca Nacional	Marca de Tienda
Nombre de Alimento	_____	_____
Peso	_____	_____
Precio Total	_____	_____
Precio Unitario	_____	_____

2. Compare el precio del mismo alimento en tres formas diferentes- enlatado, congelado, y fresco.

Forma de Paquete	Alimento- Judías verdes/ ejotes	Alimento-
Enlatado (peso)	17 onzas	
Precio total	34 ¢	
Precio unitario	2 ¢	
Congelado (peso)	10 onzas	
Precio total	79 ¢	
Precio unitario	7.9 ¢	
Fresco (peso)	1 libra (16 onzas)	
Precio total	89 ¢	
Precio unitario	5.6 ¢	

¿Qué encontró?

- ¿Cuál marca fue la mejor compra?
 Nacional De tienda
- Haga una lista de las diferencias entre las dos marcas del alimento.
 (¿Ambos tienen los mismos ingredientes?)

- ¿Cuál forma fue la mejor compra?
 Enlatado
 Congelado
 Fresco
- ¿Cuál forma del alimento prefiere su familia?
 Enlatado
 Congelado
 Fresco
 ¿Por qué? _____

THE UNIVERSITY OF GEORGIA AND FT. VALLEY STATE UNIVERSITY, THE U.S. DEPARTMENT OF AGRICULTURE AND COUNTIES OF THE STATE COOPERATING. The Cooperative Extension Service offers educational programs, assistance and materials to all people without regard to race, color, national origin, age, sex or disability. AN EQUAL OPPORTUNITY EMPLOYER/AFFIRMATIVE ACTION ORGANIZATION.

Released by Gail M. Hanula, Extension Nutrition-EFNEP Specialist.
November, 2000

Publication Number: FDNS-NE SP 503