

**APPENDIX H - SPANISH**  
**MEAL MATRIX AND CALENDAR MAGNET**

# Comidas y Meriendas que comimos esta semana

Marque cada comida y merienda que comió cada persona en el hogar

	Día 1		Día 2		Día 3		Día 4		Día 5		Día 6		Día 7	
	Comidas	Meriendas	Comidas	Meriendas	Comidas	Meriendas	Comidas	Meriendas	Comidas	Meriendas	Comidas	Meriendas	Comidas	Meriendas
Persona 1	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM
	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM
	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche
Persona 2	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM
	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM
	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche
Persona 3	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM
	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM
	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche
Persona 4	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM
	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM
	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche
Persona 5	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM
	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM
	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche
Persona 6	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM	<input type="radio"/> Desayuno	<input type="radio"/> AM
	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM	<input type="radio"/> Almuerzo	<input type="radio"/> PM
	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche	<input type="radio"/> Cena	<input type="radio"/> Noche

Desayuno, Almuerzo, y Cena pueden ser a cualquier hora del día.

- "AM merienda" = una o más Meriendas entre medianoche y mediodía
- "PM merienda" = una o más Meriendas entre mediodía y 6pm
- "Noche merienda" = una o más Meriendas entre 6pm y medianoche



# El Estudio Nacional de la Alimentación – La Semana Que Viene

DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7	DÍA 8
	<p><b>USTED LLAMA</b> ↓ <b>REPORTA</b> Información de alimentos 1-866-275-8659</p>	<p><b>NOSOTROS LLAMAMOS</b> ↓ ENTREVISTA <b>2</b></p>		<p><b>USTED LLAMA</b> ↓ <b>REPORTA</b> Información de alimentos 1-866-275-8659</p>		<p><b>USTED LLAMA</b> ↓ <b>REPORTA</b> Información de alimentos 1-866-275-8659</p>	<p>↓ Entrevistador (a) regresa a las: _____ :_____ Complete Entrevista <b>3</b> ↓ Reciba <b>Regalo</b></p>

¡No olvide de mantener al día su librito de alimentos, escanear sus alimentos y guardar sus recibos!

Preguntas o ayuda, llame al 1-866-275-8659.

Su contacto local es:

Teléfono: