

<p>Para estar en forma</p> <p>To keep in shape</p>	<p>se debe</p> <p><i>You should</i></p>	<p>comer</p> <p>eat</p>	<p>mucho/a/os/as</p> <p>a lot of</p>	<p>fruta</p> <p>fruit</p>	<p>porque es/son</p> <p><i>because it is/they are</i></p>	<p>sano/a/s</p> <p>healthy</p>
	<p>no se debe</p> <p><i>You shouldn't</i></p>	<p>beber</p> <p>drink</p>	<p>poco/a/os/as</p> <p>little of</p>	<p>verduras</p> <p>vegetables</p>		<p>malsano/a/s</p> <p>unhealthy</p>
		<p>evitar</p> <p>avoid</p>	<p>más</p> <p>more</p>	<p>legumbres</p> <p>grains/pulses</p>		<p>mal/a/s</p> <p>bad</p>
			<p>menos</p> <p>less</p>	<p>carne</p> <p>meat</p>		<p>bueno/a/s</p> <p>good</p>
			<p>demasiado/a/os/as</p> <p>too much</p>	<p>agua</p> <p>water</p>		<p>grasiento/a/s</p> <p>greasy</p>
			<p>suficiente</p> <p>enough</p>	<p>bebidas azucaradas</p> <p>sugary drinks</p>		<p>mal/a/s para los dientes</p> <p>bad for your teeth</p>
				<p>comida rápida</p> <p>fast food</p>	<p>porque</p> <p><i>because</i></p>	<p>contiene/n muchas vitaminas</p> <p><i>It/They contain(s) lots of vitamins</i></p>
				<p>sal</p> <p>salt</p>		
				<p>azúcar</p> <p>sugar</p>		