

¡HOLA, CHICOS! ¡Hagan buenas elecciones de comida rápida!

Restaurante	En lugar de...	Prueba esto...
Arby's®	Prime-Cut™ Chicken Tenders (2) (Pedacitos tiernos de pollo con corte de primera)	Jr. Turkey & Cheese Sandwich (Sándwich de pavo y queso pequeño)
	Curly Fries - Kids (papas fritas en forma de rizo para niños)	GoGo Squeeze™ Apple Sauce (Puré de manzana GoGo Squeeze™)
	CapriSun® Fruit Juice (jugo de frutas CapriSun®)	Shamrock Farms® Low-fat White Milk (Leche blanca baja en grasa de Shamrock Farms®)
Burger King™	Whopper Jr.® Sandwich with cheese and mayonnaise (Sándwich Whopper Jr.® con queso y mayonesa)	Hamburger (hamburguesa)
	Onion Rings, small (aros de cebolla, porción pequeña)	Apple Slices (rebanadas de manzana)
	BK® Breakfast Muffin Sandwich: Egg and Cheese (Sándwich de desayuno con panecillo: huevos y queso)	Kids Oatmeal (avena para niños)
Culver's®	Butterburger® with Cheese, kids (hamburguesa Butterburger® con queso, para niños)	Grilled Chicken Sandwich (Sándwich de pollo a la plancha)
	Chocolate Concrete Mixer®, short (Mezcla de concreto de chocolate, corto)	Lemon Ice, 2 scoops (Helado de limón, 2 bolas)
	Wisconsin Cheese Curds (Cuajada de queso de Wisconsin)	Applesauce (Puré de manzana)



Restaurante	En lugar de...	Prueba esto...
Hardee's®	Kids Meal - Cheeseburger (Comida para niños – hamburguesa con queso)	Regular Roast Beef Sandwich and Side Salad, no dressing (Sándwich de carne asada regular y ensalada sin aderezo)
	Hand Scooped Ice-Cream Shake™ (Helado sacado a mano en leche malteada)	Single Scoop Ice Cream Bowl (Plato de helado con una sola bola)
KFC®	Popcorn Chicken - Kids (Pollo en forma de palomitas - para niños)	Grilled Chicken Breast (Pechuga de pollo a la plancha)
	Potato Wedges (Trozos de papa)	Mashed Potatoes with Gravy (Puré de papas con salsa)
	Macaroni with Cheese (Macarrones con queso)	Corn on the Cob (3-inch) (Mazorca de maíz – 3 pulgadas)
McDonald's®	Chicken Selects® Premium Breast Strips (3) (Trocitos de pechuga de pollo de primera Chicken Selects®)	Chicken McNuggests® (4) (Trocitos de pollo McNuggets®)
	Bacon, Egg & Cheese Biscuit (Panecillo con tocino, huevos y queso)	English Muffin with Grape Jam and Fruit 'n Yogurt Parfait, or an Egg White Delight McMuffin (Panecillo con jalea de uva y "parfait" de fruta y yogur, o un panecillo con clara de huevo Delight McMuffin)
	Kids Fry (Fritura para niños)	Apple Slices or Yoplait® Go-GURT® Low-fat Strawberry Yogurt (Rebanadas de manzana o yogur de fresa bajo en grasa Yoplait® Go-GURT®)
	McFlurry® with M&M's® Candies, snack size (McFlurry® con dulces de M&M's®, tamaño refrigerio)	Kiddie Cone (Barquillo o cucurucho para niños)
Subway®	Tuna on Mini Wheat Bread (Atún en pan de trigo "mini")	Black Forest Ham, kids meal sandwich (Sándwich de jamón Black Forest, comida para niños)
	Nacho Doritos®, 1 bag (Nacho Doritos®, 1 bolsa)	LAY'S® Oven Baked Original Potato Crisps (Papas crujientes originales LAY'S® asadas al horno)
	Chocolate Chip Cookie (Galleta con trocitos de chocolate)	Apple Slices (rebanadas de manzana)