

Name: _____

Date: _____

Healthy Living

V Y U H T T T E D K B J Y X R Z P G L W N T P T
C Z V O V A Y I H I M P H J O F J B I X M R E W
I H L H W B A L A N C I N G C A L O R I E S V R
M U O H P Y X W B F F L A Z R E P E I P L U T M
R D C I Z U R W H O L E G R A I N S U X Z S I Q
E Z D I G F E R J W M J I Z B H Z S F X I L N S
E Z D H S Y T I S E B O O R P P T O N L K E T M
R T O A U O R W S B P K X U A Y V C G T I U R F
Y G X O I S C C G N O B C U R K V N G A S O R P
U Y N M W L I V B U X C I W C N I J S U N Z M Y
Z I G Z T W Y G B D S G Z A A P A O O Q R Y D P
D C G N V J B A E M J Q O M P V G L L P M S B H
K R Y X I E Z A C U I I P O C M O T U E W M Q C
T V O H A G L F I T D C H R I K H V V W E C S Q
L W B F T N F R N D I S H I O D E J X Q G I T H
N G B R L V W L T F M V R Y Y T U N G H R S P P
M Q F W S A L V J P E L I P M Y E U C V Y P O L
M H T P W N L C T R P J D T I N D I W O K I X A
E T C N I A Q R T R I J O F Y E M Q N V I L Y N
F H V J X H M S E L B A T E G E V S L R W J F V
F S N F R Y W H E Z D R U K M I N L L S I Q S E
G T Y P W X G L Q J F A J F N T F A R I H Q J I
Q K L X B Y U P A N J L Q M S R R O L O V H E T
X I B Z Y Q P G G E W E N F N G G G W L C C Q X

Balancing calories
whole grains
protein
fruit
BMI

daily activity
vegetables
Obesity
plan

shopping list
journal
goals
Milk