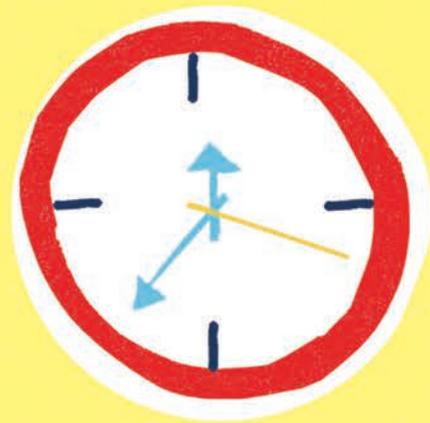


Uno de los mejores momentos del día es cuando abres tu lonchera para ver qué hay dentro. Tu mamá o tu papá la llenaron con comida deliciosa. Quizá la compraron en una tienda, pero... ¡la comida no crece en las tiendas!





**¿Dónde estaba  
antes de llegar  
hasta allí?**



¿Cómo llegó toda esa comida  
a tu lonchera?





# ¿CÓMO LLEGÓ EL PAN DE TU SÁNDWICH A TU LONCHERA?

Un granjero plantó las semillas de trigo en primavera. Para el verano, ya eran largas espigas con granos maduros que se movían con el viento.



El granjero cortó el trigo con una enorme cosechadora y después lo mandó a un molino.



## GRANOS

El molino trituró los granos hasta convertirlos en harina que los camiones llevaron a la panadería.

Ahí, el panadero mezcló la harina con agua, azúcar y levadura para preparar una masa suave y esponjosa. Luego la horneó para cocerla.



## HARINA



Cuando estuvieron listas las hogazas de pan fresco, las rebanaron y enviaron a las tiendas.

Dale una mordida al pan de tu sándwich. ¡Mmm, qué rico y esponjoso!



# ¿COMO LLEGÓ EL QUESO DE TU SÁNDWICH A LA LONCHERA?

Tu queso alguna vez fue leche que salió de una vaca.  
Un granjero ordeñó las vacas, un tanque recogió la leche  
y la llevó a la quesería.



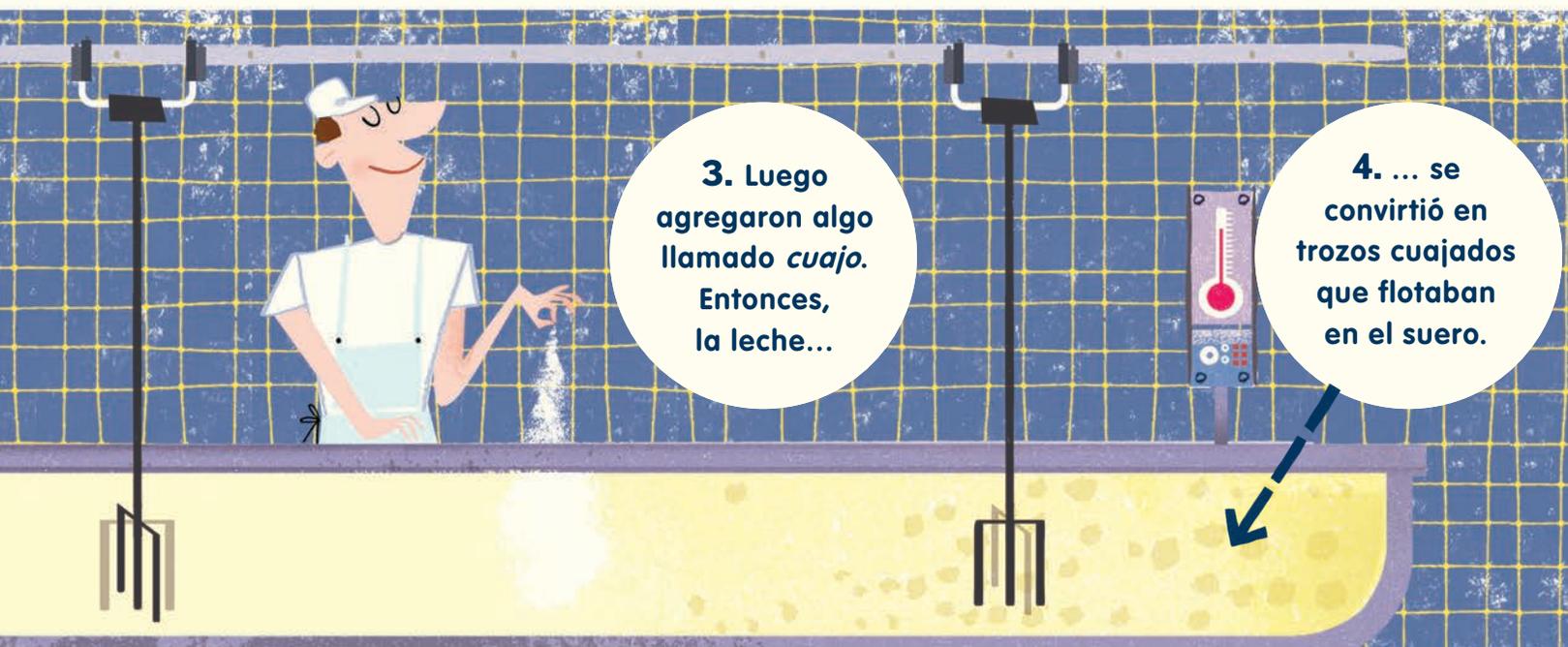
1. En la quesería  
los queseros  
calentaron  
la leche...

2. ... y le  
añadieron bacterias  
para volverla agria  
y espesa.



5. Los queseros  
drenaron el  
suero, cortaron  
los pedacitos  
gelatinosos  
de cuajo,  
los comprimieron  
en bloques y les  
añadieron sal.





**3.** Luego  
agregaron algo  
llamado *cuajo*.  
Entonces,  
la leche...

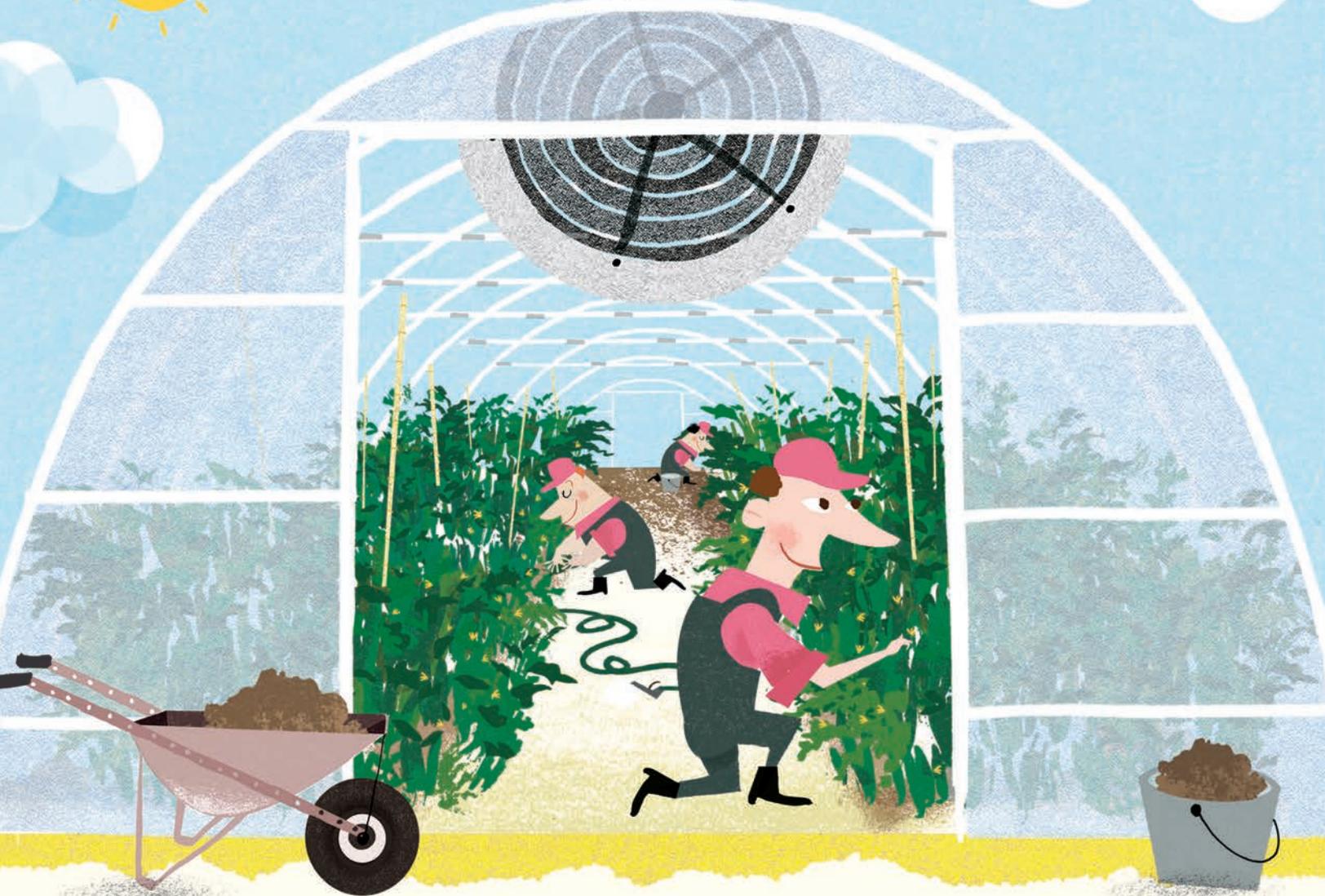
**4.** ... se  
convirtió en  
trozos cuajados  
que flotaban  
en el suero.



**6.** Guardaron los bloques  
durante meses hasta  
que el queso maduró.

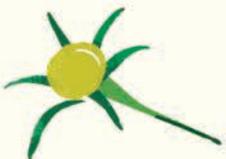
**Muerde tu queso.  
Es cremoso, suave  
y muy sabroso.**

# ¿CÓMO LLEGARON LOS TOMATES A TU LONCHERA?



El verano pasado, los tomates de tu sándwich  
crecían en un gran vivero lleno de plantas de tomate.

El sol, el calor y el agua hicieron que  
las plantas crecieran altas y que les brotaran  
flores amarillas. Cuando una flor moría,  
un pequeño tomate verde comenzaba  
a crecer en su centro.



Día tras día, los tomates verdes  
crecieron tornándose anaranjados  
y, después, rojos.

Cuando los frutos maduros color  
escarlata colgaban de los tallos,  
el granjero los recogió...



1. ... los separó...

2. ... los empacó...



3. ... y los  
envió a  
las tiendas.

¡Muerde un tomate  
y saborea su jugo agridulce!

