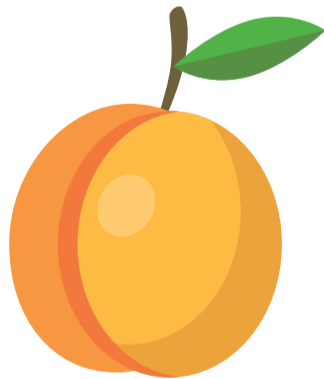
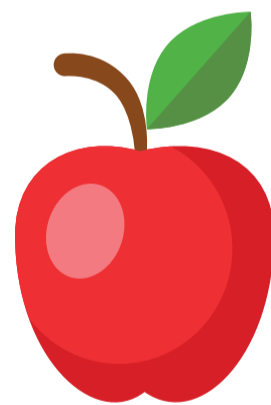
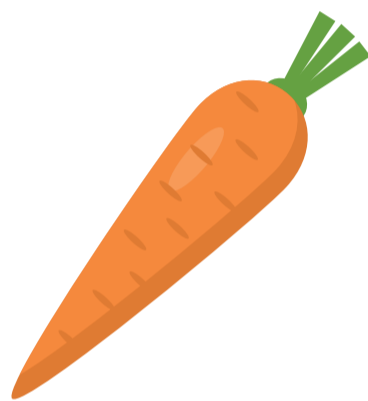


CREANDO HÁBITOS

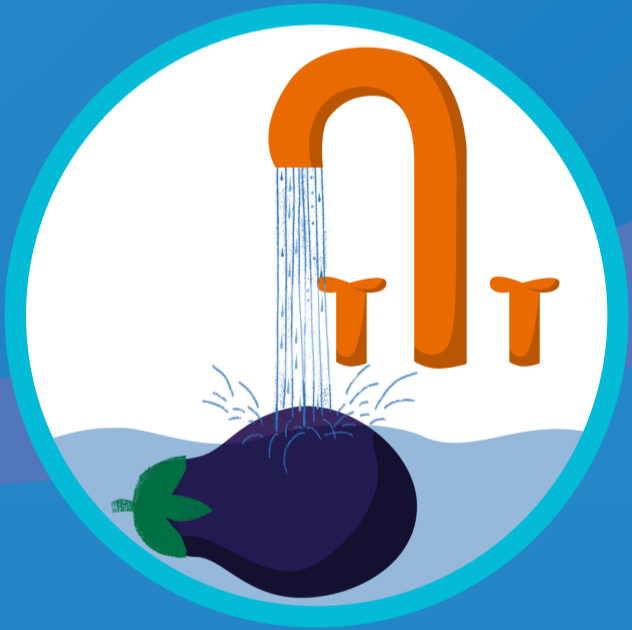
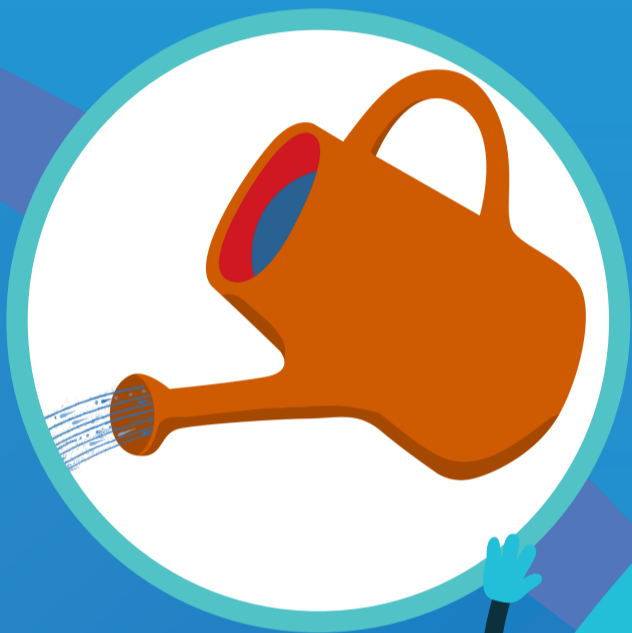
5 FRUTAS Y VERDURAS
DEBES COMER. PARA MUCHOS
NUTRIENTES OBTENER



COLEGIO DE
NUTRICIONISTAS
PROVINCIA DE BUENOS AIRES

CREANDO HÁBITOS

DEBEMOS TOMAR CONCIENCIA.
CUIDARLA COMO TESORO. SI EL AGUA PURA
SE ACABA VALDRÁ MUCHO MÁS QUE EL ORO



COLEGIO DE
NUTRICIONISTAS
PROVINCIA DE BUENOS AIRES

CREANDO HÁBITOS

TENGAMOS LA COSTUMBRE DE COMER
LEGUMBRES. CUANDO ELIJAS CEREALES
MEJOR SI SON INTEGRALES



ARVEJAS



LENTEJAS



POLENTA



FIDEOS



ARROZ



COLEGIO DE
NUTRICIONISTAS
PROVINCIA DE BUENOS AIRES