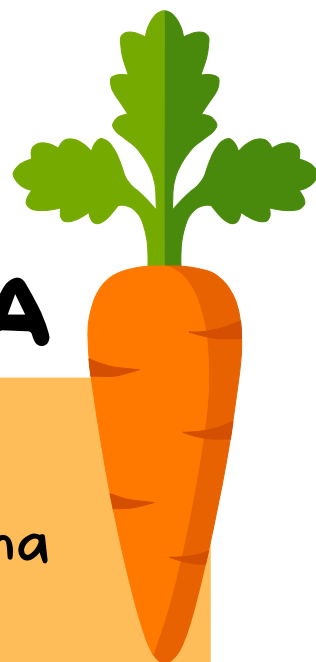


DECÁLOGO



ALIMENTACIÓN SANA

✓ Cinco comidas deberás hacer, si una buena alimentación quieres tener.

✓ Fruta y verdura todos los días comerás y como el abecedario lo recordarás.

✓ Los lácteos no deben faltar, pero no puedes abusar.



✓ Las proteínas no puedes olvidar, en carne y pescado las encontrarás.

✓ Los dulces muy ricos están, pero en pocas ocasiones los debes tomar.

✓ Si con deporte acompañas cada día, tu vida será pura alegría.

