

**VEGETALES**

**VEGETALES**

**GRANNO INTEGRALE**

**LÁCTEOS BAJOS EN GRASA**

**CARNE BAJA EN GRASA**

**CARNE MAGRA Y PESCADO**

**NUECES Y SEMILLAS**

**FRIJOLES**

**FRY**

**FRUTAS**

**AGUJA**

**AGUJA**