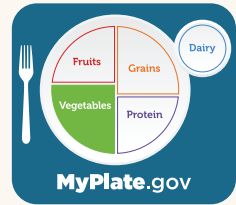


Choose Vegetables



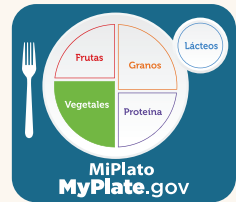
Fresh, frozen or canned ... it's all good for you when you choose options without added sauce.



Elija Vegetales



Frescos, congelados o enlatados... todos son una buena opción cuando elige opciones sin salsa añadida.



Evidence-based health material brought to you by Nebraska Extension.
Material de salud basado en evidencia presentado por Nebraska Extension.