

**VEGETALES VEGETALES VEGETALES**

**GRANNO INTEGRAL GRANNO INTEGRAL GRANNO INTEGRAL**

**LÁCTEOS BAJOS EN GRASA LÁCTEOS BAJOS EN GRASA LÁCTEOS BAJOS EN GRASA**

**CARNE BAJA EN GRASA CARNE BAJA EN GRASA CARNE BAJA EN GRASA**

**CARNE MAGRA Y PESCADO CARNE MAGRA Y PESCADO CARNE MAGRA Y PESCADO**

**NUECES Y SEMILLAS NUCES Y SEMILLAS NUCES Y SEMILLAS**

**FRIJOLLES**

**FRIJOLLES**

**FRIJOLLES**

**FRUTAS**

**FRUTAS**

**FRUTAS**



**AGUA**

**AGUA**

**AGUA**