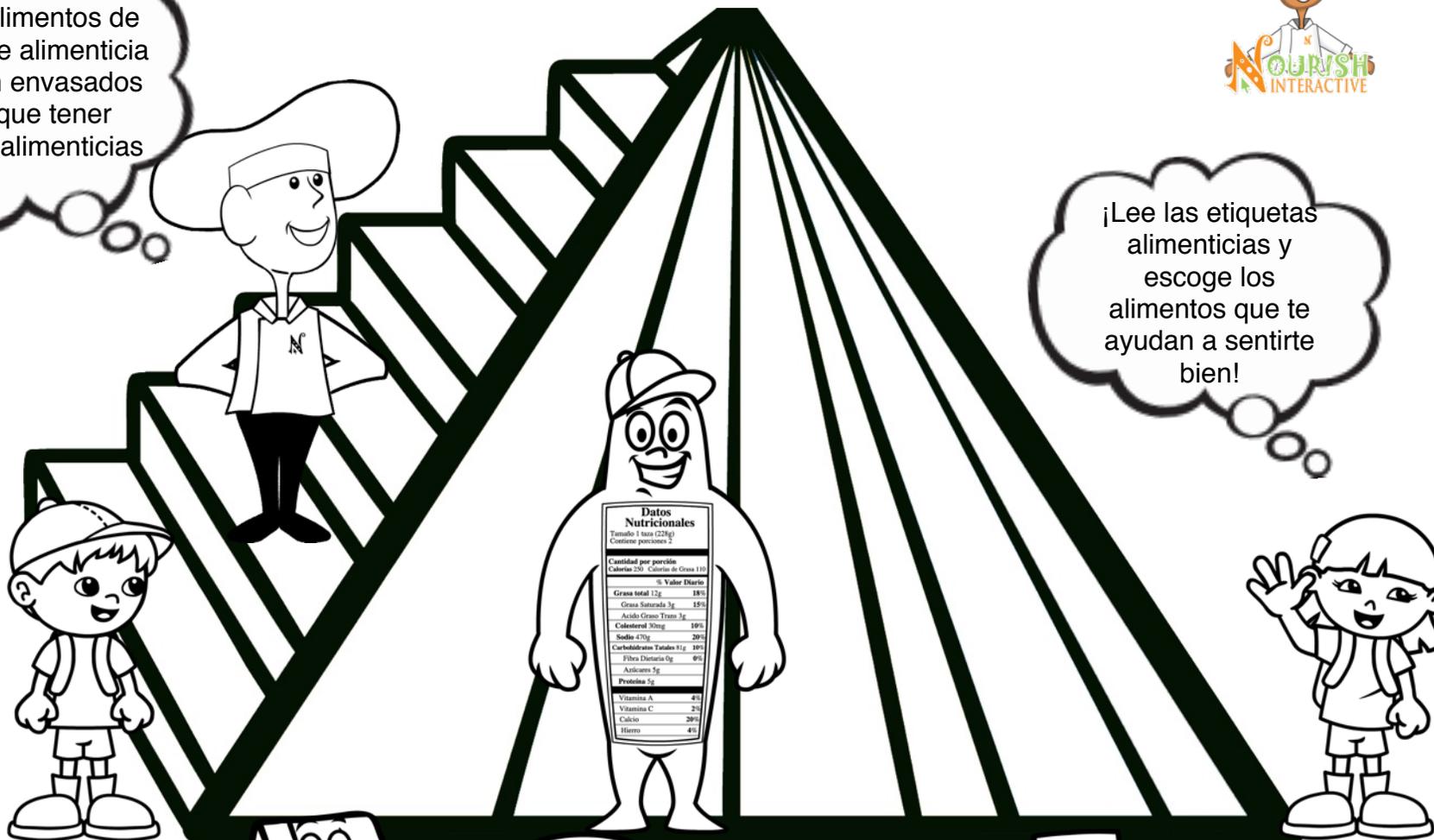


Hoja de Colorear de la Etiqueta Alimenticia y la Pirámide Alimenticia



Aún los alimentos de la pirámide alimenticia que están envasados tienen que tener etiquetas alimenticias

¡Lee las etiquetas alimenticias y escoge los alimentos que te ayudan a sentirte bien!



Datos Nutricionales

Tamaño 1 taza (228g)
Contiene porciones 2

Cantidad por porción

Calorías 250

Calorías de Grasa 110

% Valor Diario

Grasa total 12g

Grasa Saturada 3g

Acido Graso Trans 1g

Colesterol 30mg

Sodio 470g

Carbohidratos Totales 51g

Fibra Dietaria 0g

Azúcares 5g

Proteína 5g

Vitamina A 4%

Vitamina C 2%

Calcio 20%

Hierro 4%

