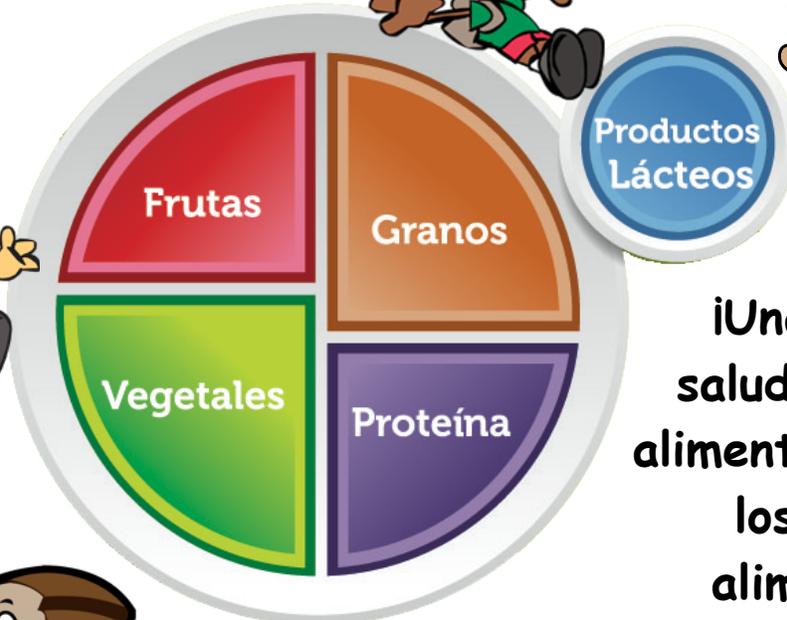


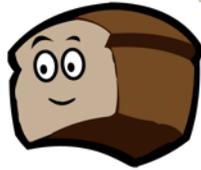


Mi Plato

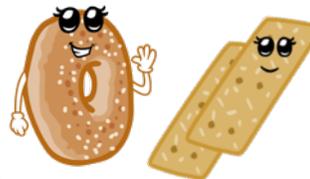
¡Mantente activo cada día!



¡Una comida saludable tiene alimentos de todos los grupos alimenticios!



naranja ● granos



verde ● vegetales



rojo ● frutas



amarillo ● grasas y aceites



azul ● leche y productos lácteos

morado ● carnes, frijoles, pescados,

y nueces

