

¡A TU GUSTO!

ARMÁ UNA COMIDA VARIADA Y EQUILIBRADA CON FIGURAS DE ALIMENTOS SALUDABLES QUE RECORTES DE REVISTAS.



FRUTAS



AGUA



ACEITE



VERDURAS

CEREALES O LEGUMBRES

CARNES O HUEVOS



“EQUILIBRÁ LA ENERGÍA

QUE ENTRA A TU CUERPO CON LOS ALIMENTOS

Y LA ENERGÍA QUE SALE A TRAVÉS

DEL JUEGO Y DEL MOVIMIENTO.”

