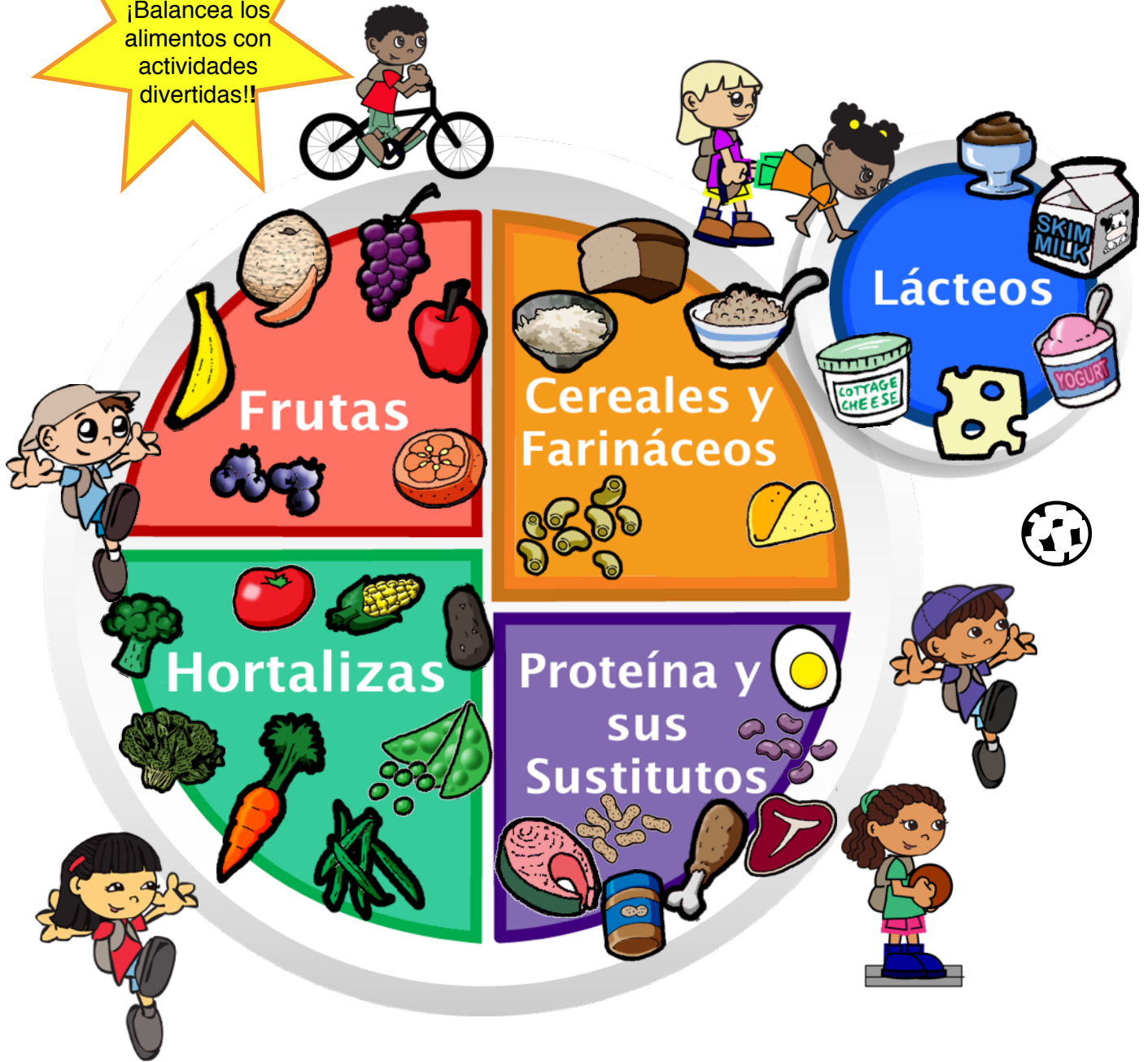


Sé activo  
¡Balancea los alimentos con actividades divertidas!!



<p><b>Cereales y Farináceos</b> Consume la mitad en farináceos integrales</p>	<p><b>Hortalizas</b> ¡Come colores diferentes!</p>	<p><b>Frutas</b> Enfoque en las frutas</p>	<p><b>Lácteos</b> El calcio te ayuda los huesos.</p>	<p><b>Proteína y sus sustitutos</b> Escoja baja en grasa</p>
---	--	--	--	--