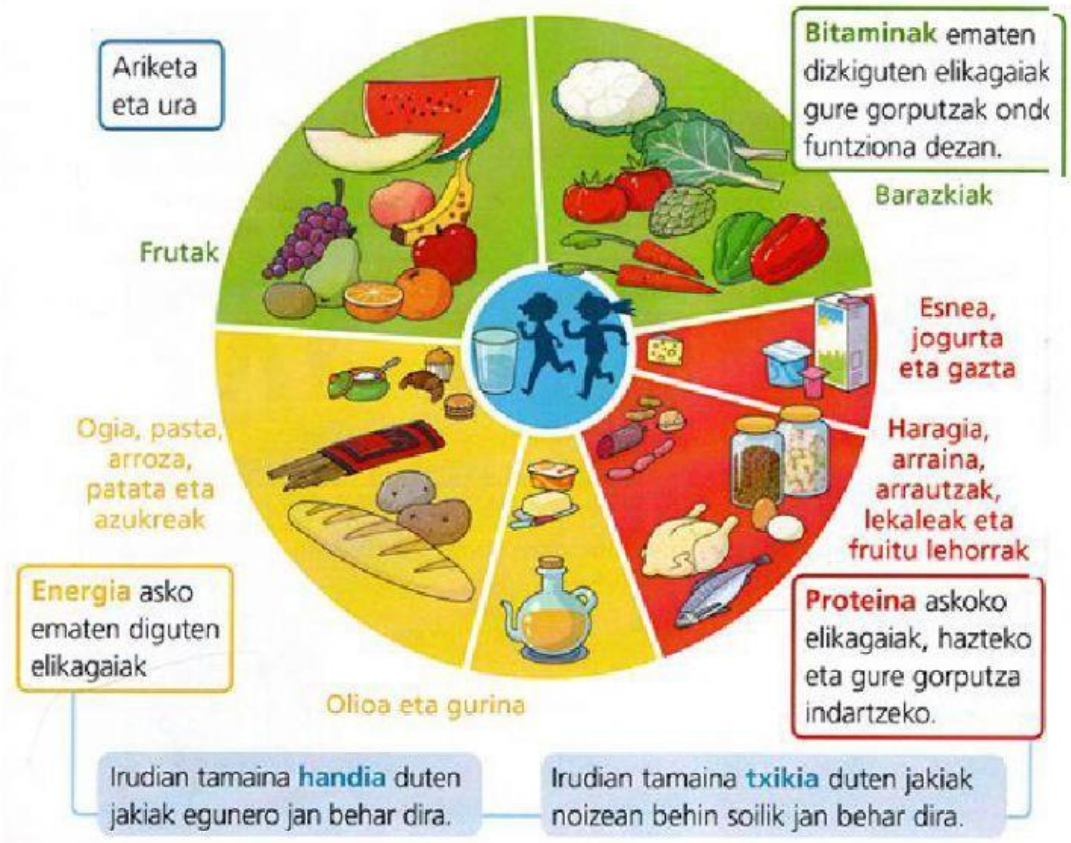
Elikagaien gurpila

Elikagaien gurpilak erakusten digu zer elikagai eta zer kantitatetan jan behar ditugun, dieta osasungarria egiteko.



- *Hurrengo elikagaiek, zer ematen didate?* Bitaminak 1 zenbakia; Energia 2 zenbakia eta Proteinak 3 zenbakia.