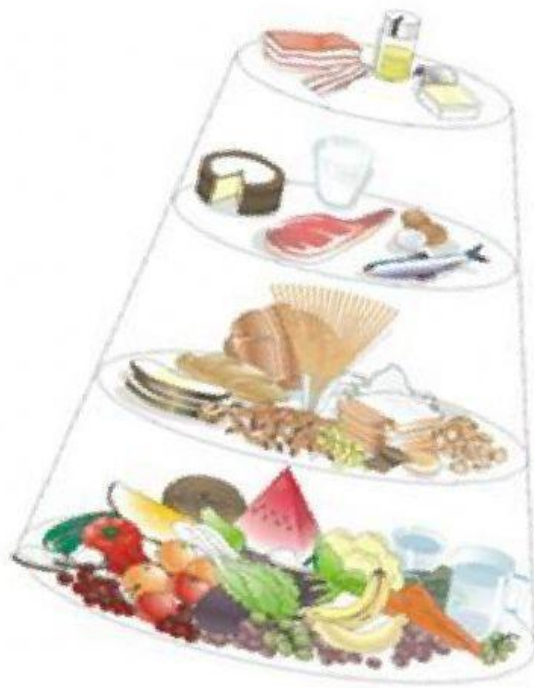


Tipus de



GREIXOS

Oli
Mantega
Cansalada



ENERGIA per al cos

PROTEÏNES

Carn
Peix
Llet
Ous



Ens fan **CRÉIXER** i **reparen**
les zones que es
desgasten, per exemple,
les ferides que ens fem.

**HIDRATS
DE CARBONI**

Cereals
Llegums
Sucre



ENERGIA per al cos



**VITAMINES
MINERALS**

Fruites
Verdures



Fan que el nostre cos
funcione bé i evita que
ens posem malalts.