

A roda dos alimentos



GRUPO 1: RICOS
EN HIDRATOS DE
CARBONO

GRUPO 3: RICOS
EN PROTEINAS

GRUPO 2: RICOS
EN GRASAS

AUGA E EXERCICIO

GRUPO 6:
VITAMINAS E
SALES
MINERALES

GRUPO 5:
VITAMINAS E
SALES MINERALES

GRUPO 4:
LACTEOS