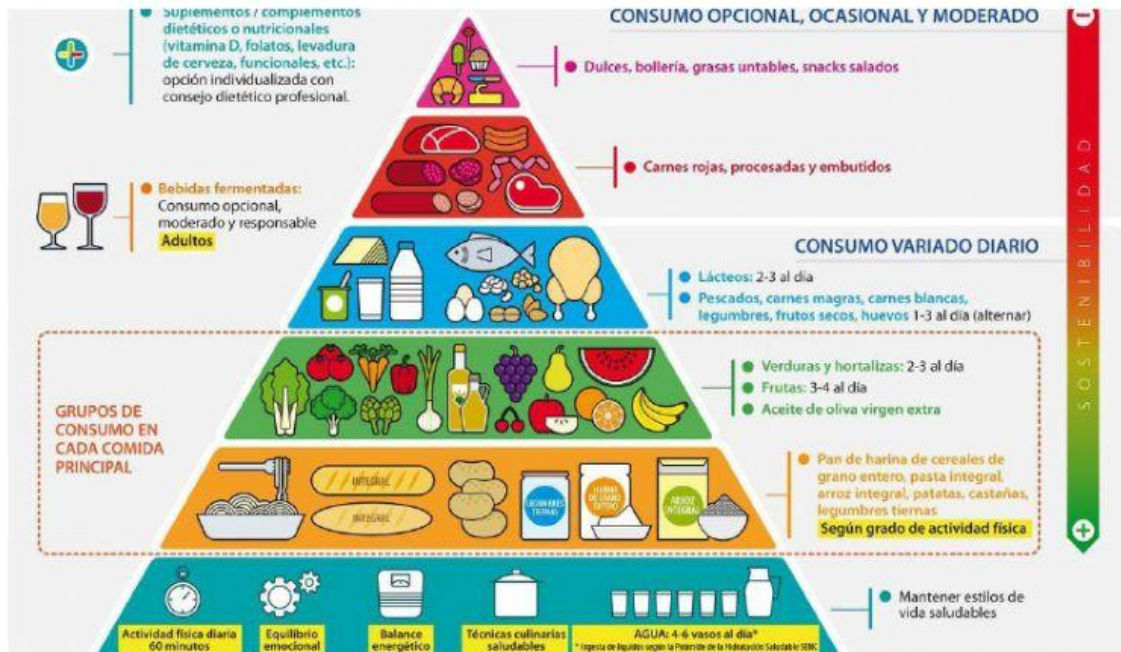


## ALIMENTACIÓN:

Observa la siguiente pirámide alimenticia. Crea un menú saludable para una mujer embarazada de 30 años y otro para un hombre de 60 años con estilo de vida sedentario que desea perder peso.



Fuente: la Voz de Galicia

<https://www.lavozdeg Galicia.es/noticia/sociedad/2019/06/18/nueva-piramide-alimenticia-cereales-integrales-carnes-rojas/00031560855277615171133.htm#>