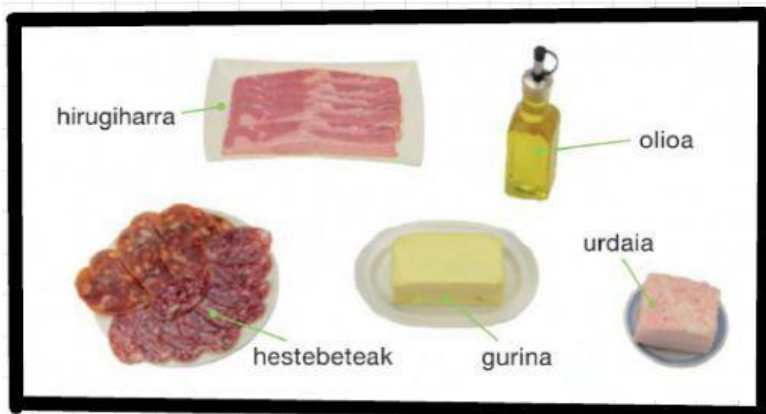
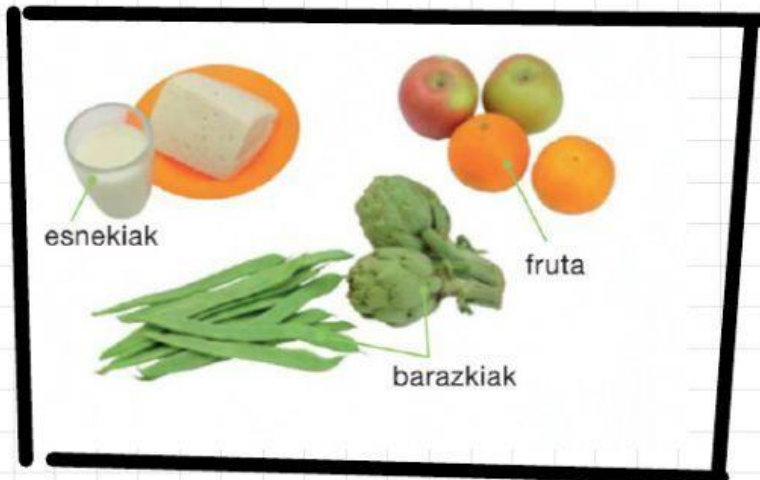


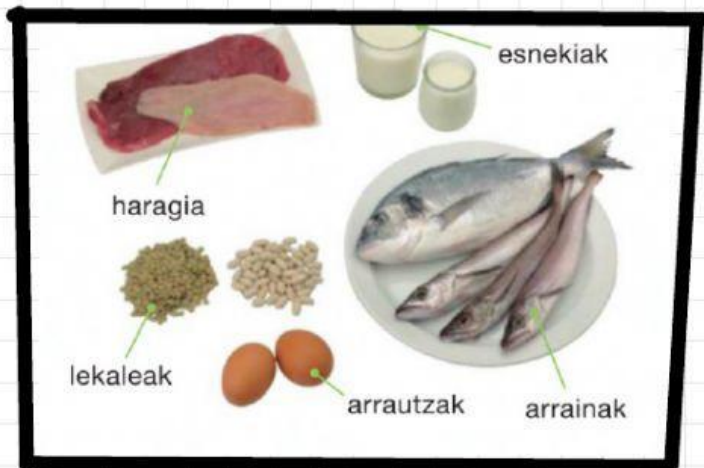
ADI BIIDEAK EMAN:



BITAMINAK
ETA
GATZ- MINERALAK



KOIPEAK



KARBOHIDRATOAK



PROTEINAK

ZERTARAKO DIRA MANTENUGAIAK?

PROTEINAK

Energia
ugari
izateko

GATZ-MINERALAK
ETA
BITAMINAK

Energia
normala
izateko

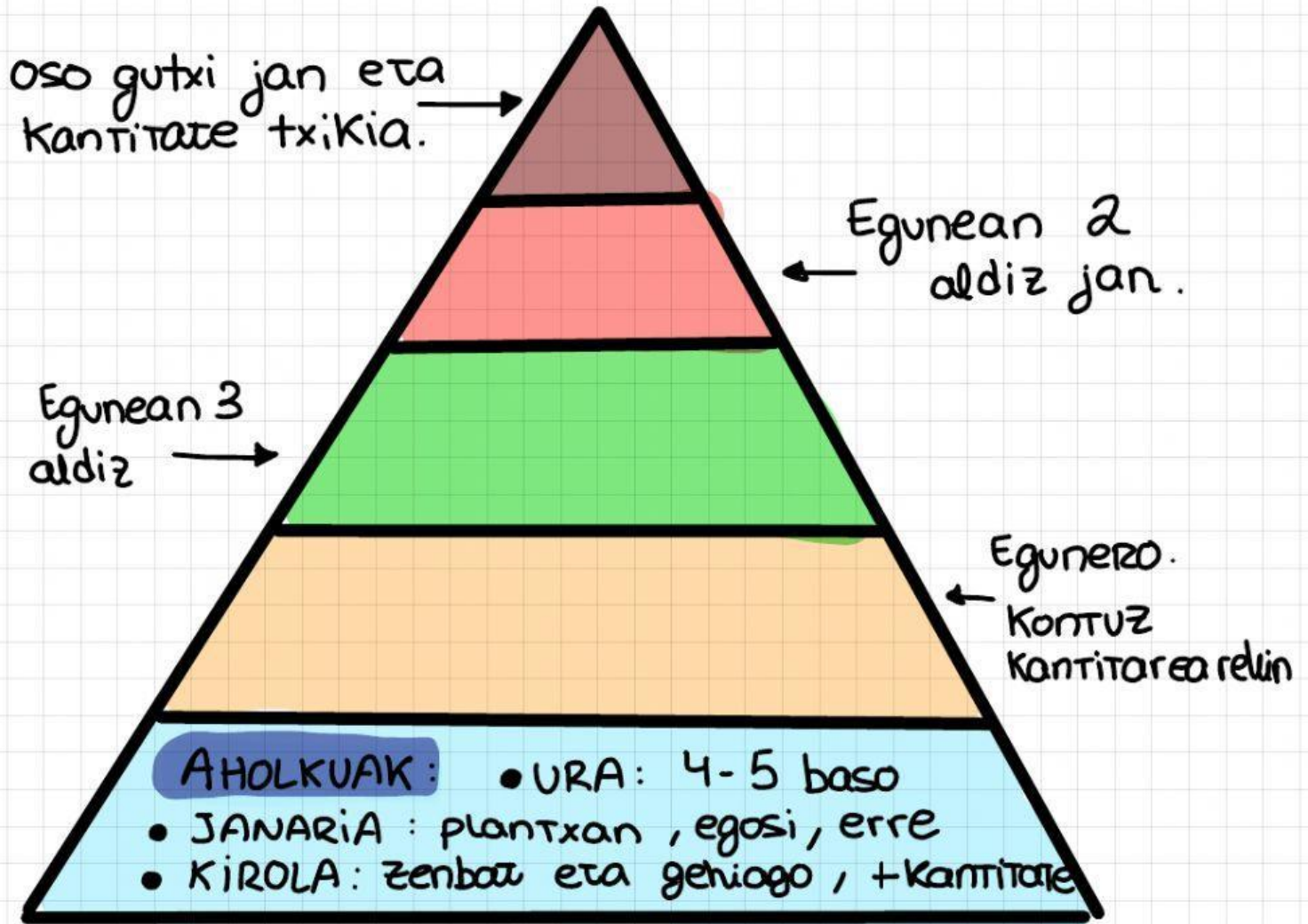
KOIPEA

Gu hazteko
eta giharrek
indartzeko

KARBOHIDRATOAK

OSASUNTU
egoteko

ELIKADURAREN PIRAMIDEA



Koipeak

Karbohidratoak

Proteinak

Bitaminak
eta
gatz - mineralak