

PROTEINS



WHY ARE **PROTEINS** HEALTHY?

¿POR QUÉ SON LAS PROTEÍNAS SALUDABLES?



BECAUSE PROTEINS PROTECT OUR BONES AND MUSCLES.

PORQUE LAS PROTEÍNAS PROTEGEN NUESTROS HUESOS Y MÚSCULOS



DAIRY



WHY IS **DAIRY** HEALTHY?

¿POR QUÉ SON LOS LÁCTEOS SALUDABLES?



BECAUSE DAIRY HAS CALCIUM AND PROTEINS!

PORQUE LOS LÁCTEOS TIENEN CALCIO Y PROTEÍNAS.

