

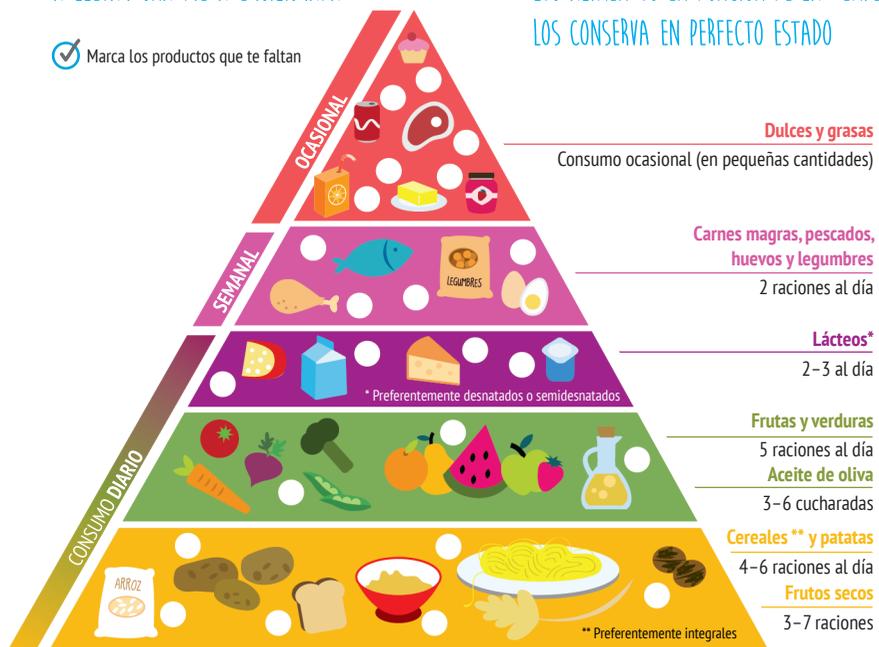


¿SABÍAS QUE...?

1º PLANIFICAR TU COMPRA AYUDA A LLEVAR UNA DIETA EQUILIBRADA

Marca los productos que te faltan

2º REGULAR TU NEVERA A 5°C Y ORGANIZAR LOS ALIMENTOS EN FUNCIÓN DE LA TEMPERATURA LOS CONSERVA EN PERFECTO ESTADO



Adaptación de la pirámide de la alimentación saludable de la Agencia de Salud Pública de Cataluña, 2012.

<https://www.caprabo.com/es/rsc/elige-bueno-elige-sano>



Puerta

Chocolates

Mermeladas Salsas

Huevos

Bebidas

3º CONGELANDO TODO LO QUE NO VAMOS CONSUMIR, CONSEGUIMOS NO DESPERDICIAMOS ALIMENTOS

caprabo con EROSKI