

SABIES QUE...?



1 PLANIFICAR LA TEVA COMPRA T'AJUDA A PORTAR UNA DIETA EQUILIBRADA

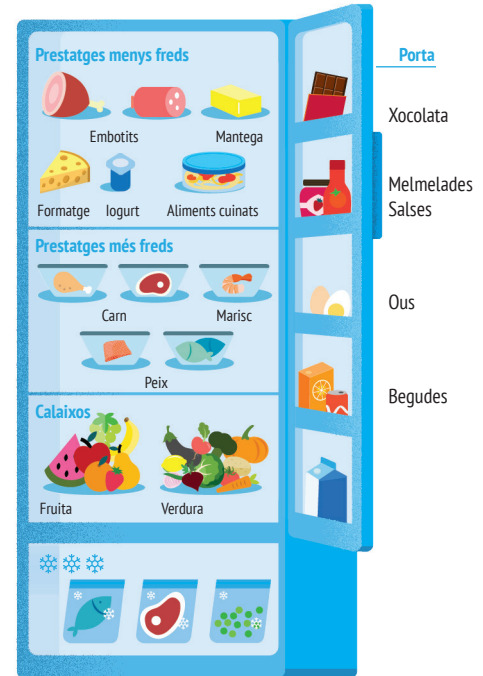
Marca els productes que et falten

2 REGULAR LA NEVERA A 5°C I ORGANITZAR ELS ALIMENTS EN FUNCIÓ DE LA TEMPERATURA ELS CONSERVA EN PERFECTE ESTAT



Adaptació de la piràmide de l'alimentació saludable de l'Agència de Salut Pública de Catalunya, 2012

www.triabo.com



3 SI CONGELEM EL QUE NO CONSUMIM EN EL MOMENT, ACONSEGUIM NO MALBARATAR EL MENJAR

caprabo ●●●