PLATO SALUDABLE DE LA FAMILIA COLOMBIANA





Colombia es un país rico en variedad de Alimentos durante todo el año, consume alimentos frescos y variados



Cereales, raíces, tubérculos y plátanos

Azúcares

Grasas

Carnes, huevos y leguminosas secas

Frutas y verduras

Leche y productos lácteos

Agua + Ejercicio

E.S.E
CENTRO DE SALUD FOSCA
Salud con Calidad Humana y Responsabilidad Social