

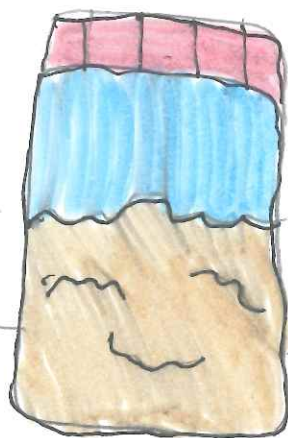


Leche de Soja

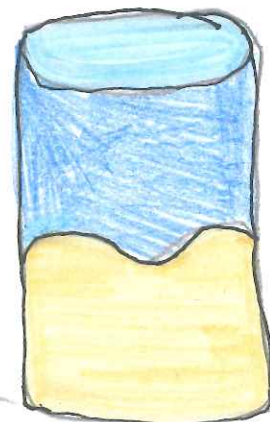
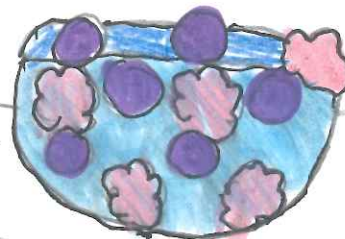
yogur con avena y frutas (Frutas rojas)



avena

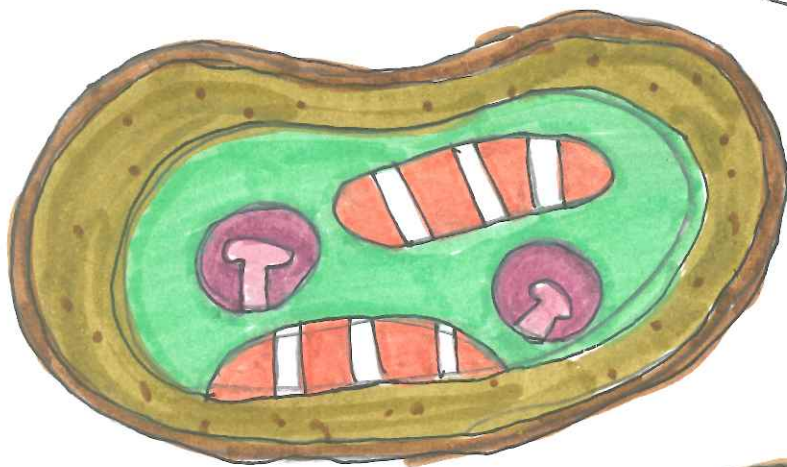


Frutas Rojas

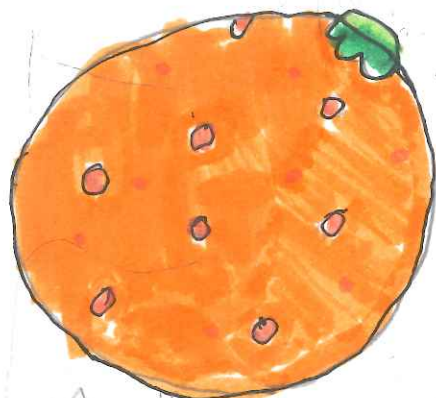


huevo con semillas de sesamo y cominos

Tosta con aguacate salmón y tomate



Naranja



Avellanas, Nueces almendra

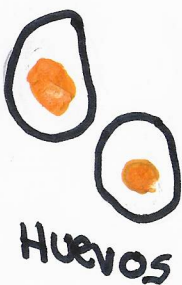
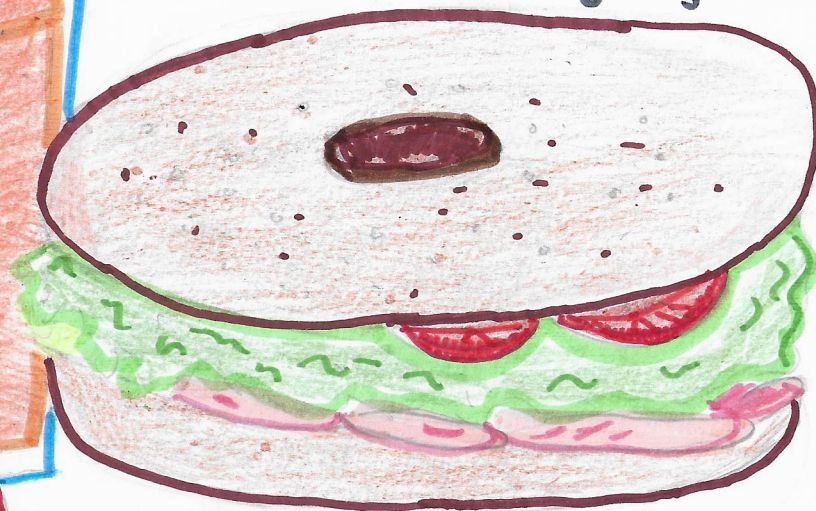


Frutos Secos pistacho
Pasas
Cacahuete
ZUMO de naranja

yogur con avena

BOCATA

con
Lechuga, jamón y
tomate



Huevos

Fresa



Mandarina Kiwi



Mandarina



Arándanos



Plátano



Fruta



Fresa

Plátano



Manzana



Arándanos

Fresa



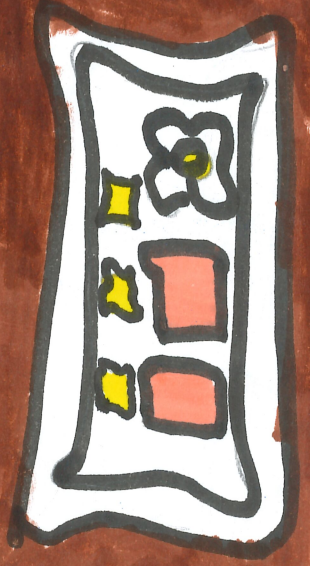
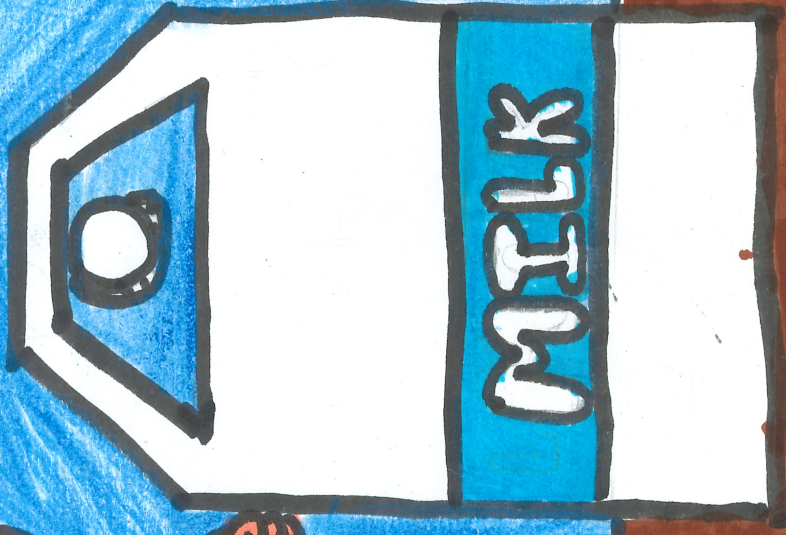
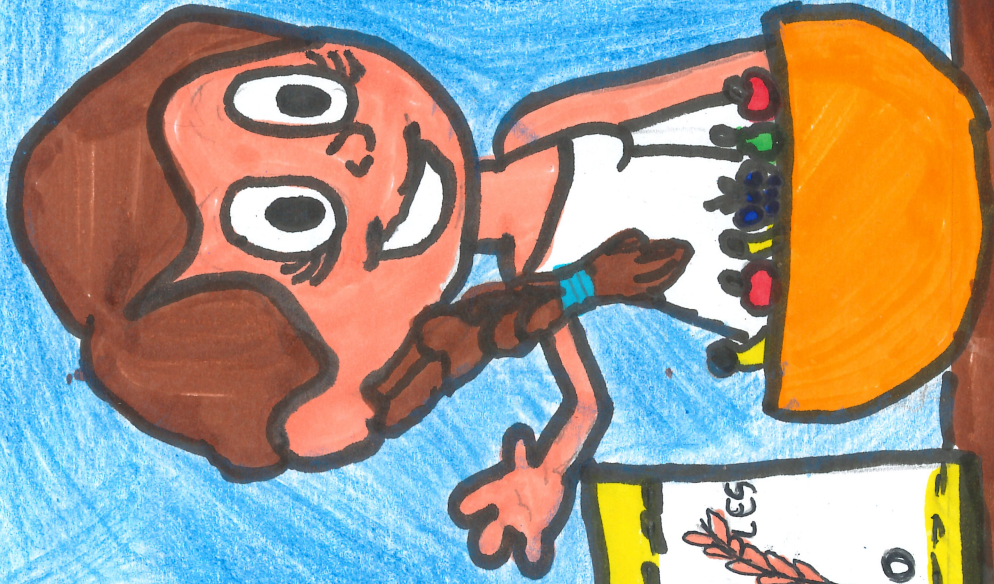
Cacahuete



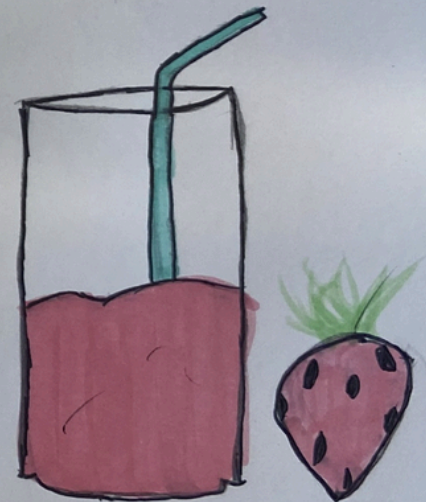
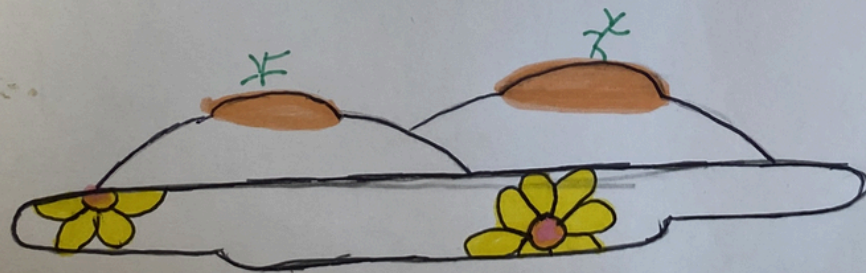
Kiwi



DESAFIO SABORES



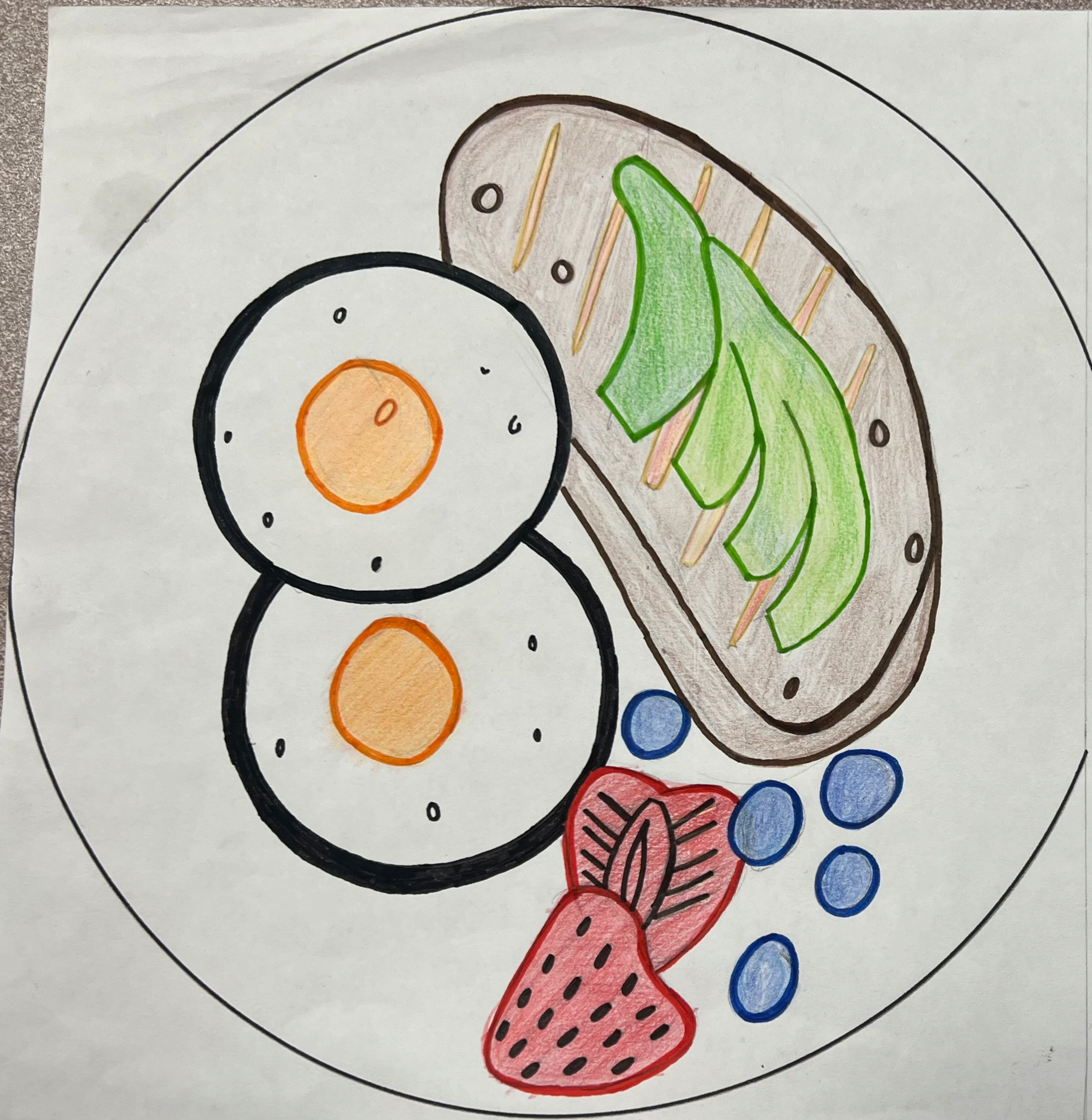
Desayuno saludable



UN BUEN DESAYUNO





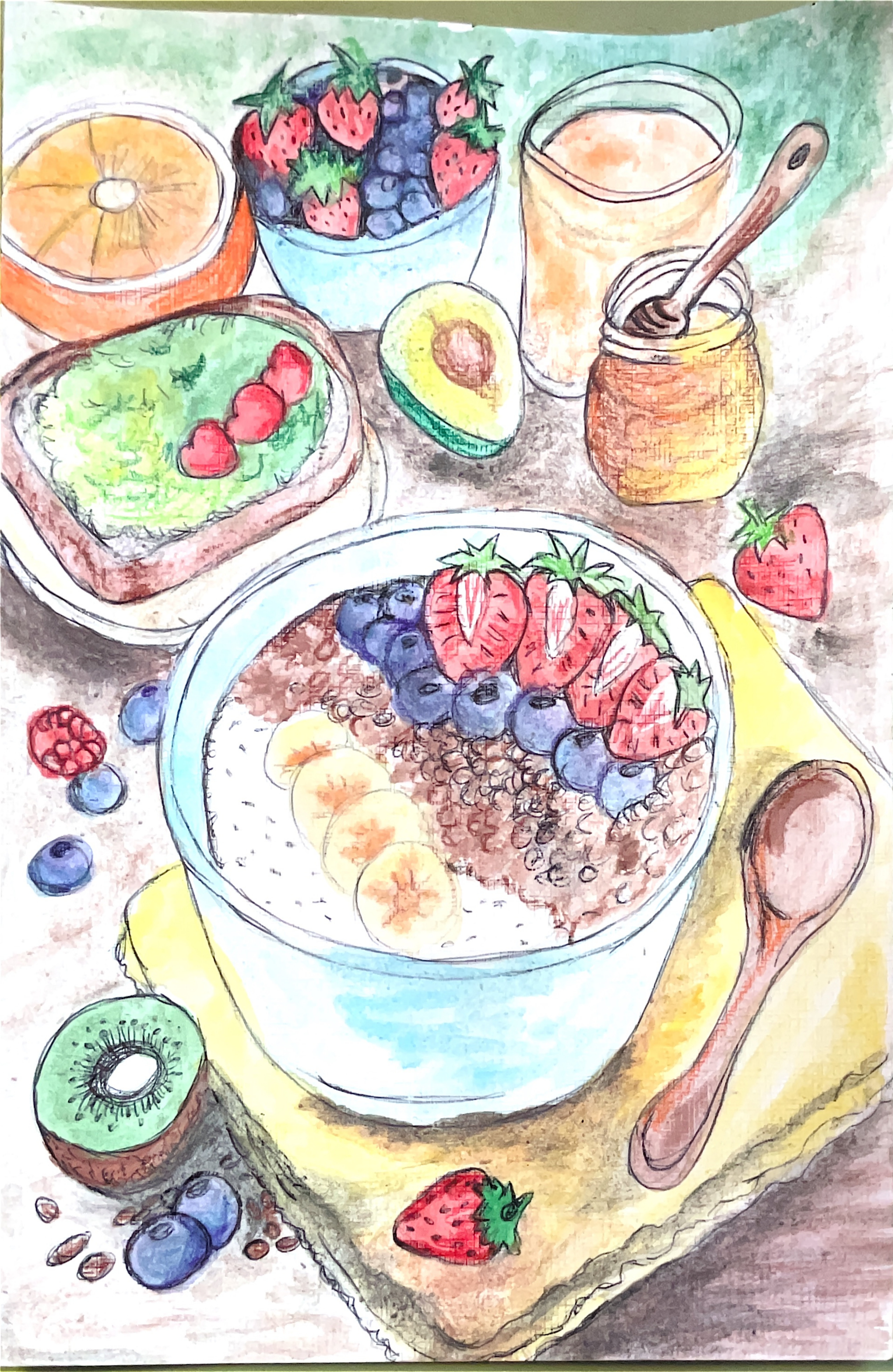


MI DE SAYUNO SALUDABLE

Nombre: pura energía

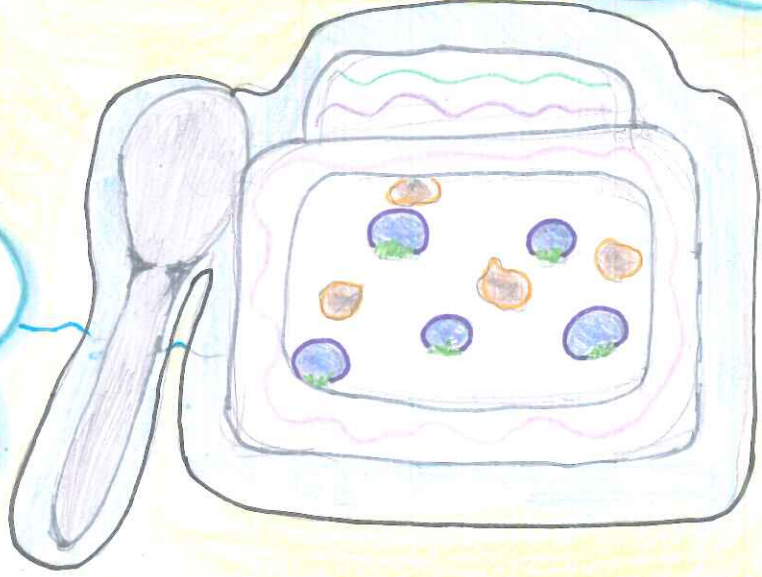
Ingredientes: pan integral, huevos, rodajas de aguacate, un poco de atun, un chorro de aceite de oliva, una pizca de sal, algunos arandanos y una fresa.

Es saludable porque: combina proteínas, grasas saludables, carbohidratos y antioxidantes.

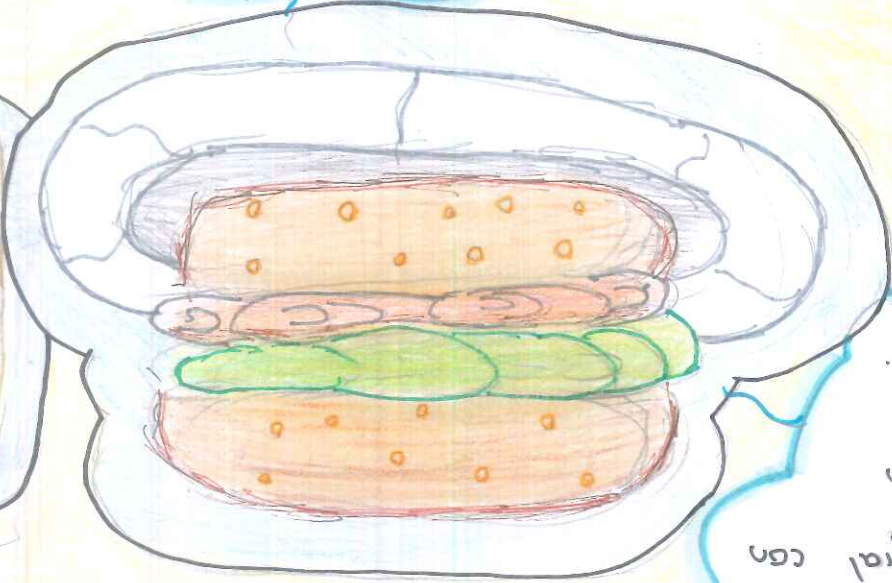


DESAYUNOS SALUDABLES

Yogur natural (sin azúcar) con
Arándanos y nueces.



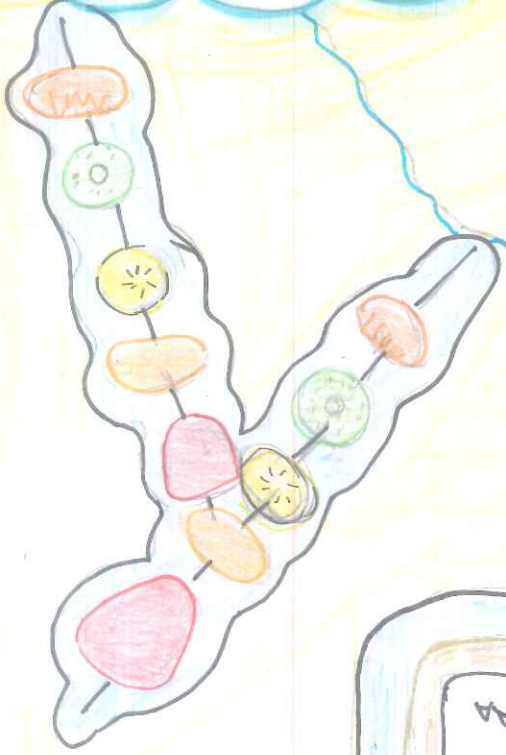
Bocadillo de pan integral con
semillas, aceite, salmón
ahumado y aguacate.



ACEITE
DE
OLIVA
VIRGEN
EXTRA



Brocheta de
frutas



Healthy

-BREAKFAST-







Aceite

leche

pan



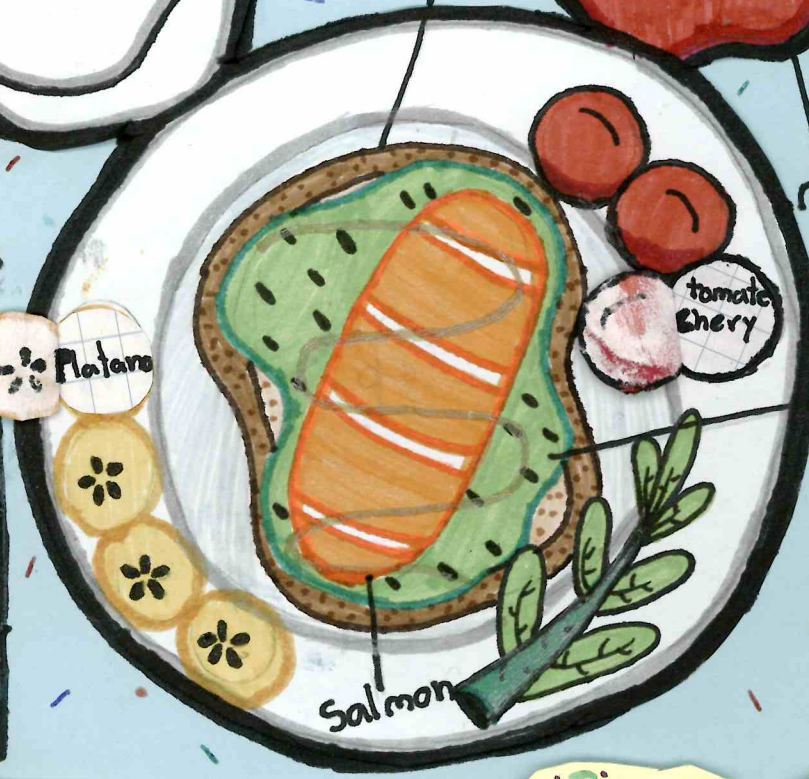
manzana



tomate

cherry

aguacate



salmon

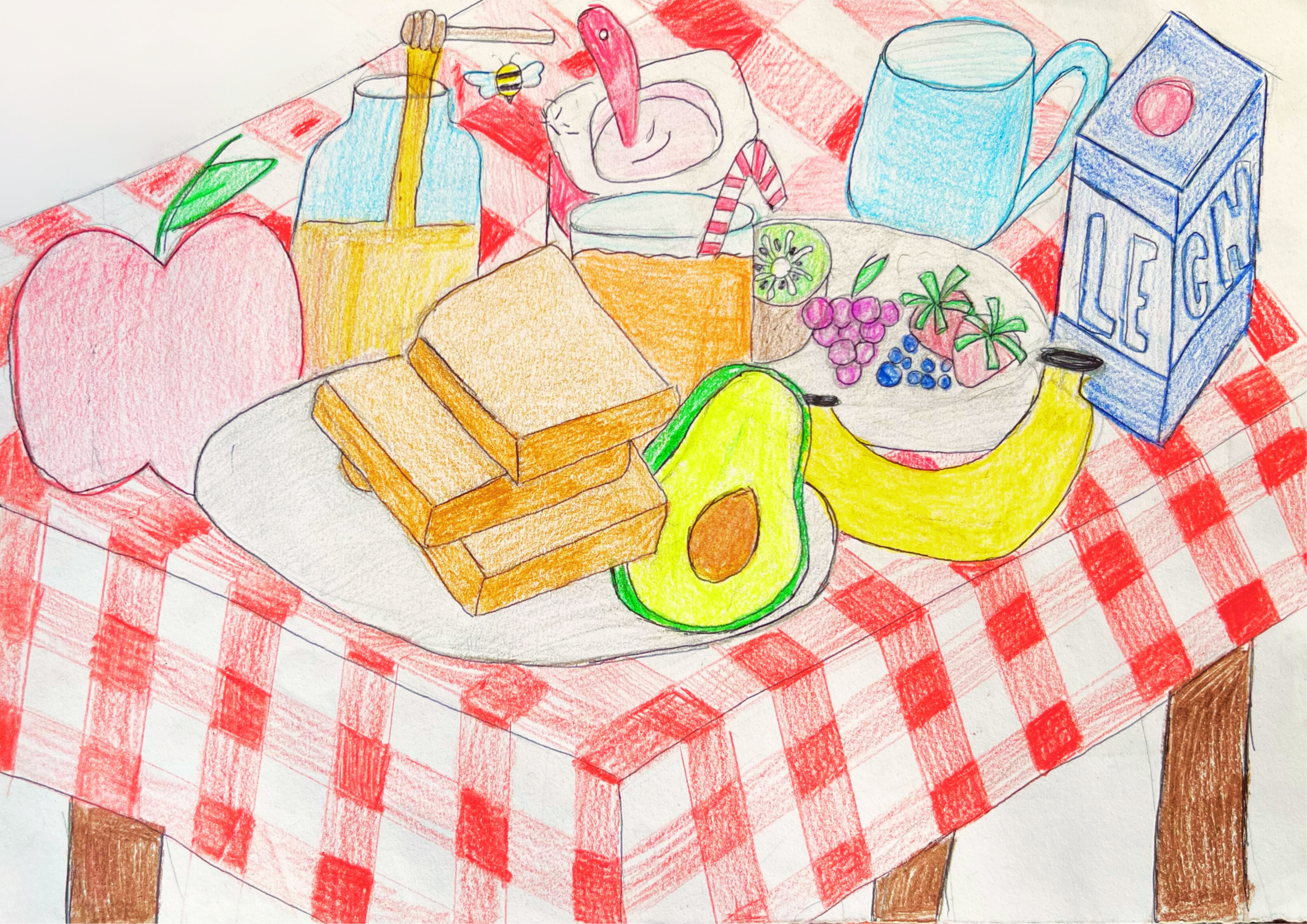
Comer
Sano

- Proteínas ✓
 - Carbohidratos ✓
 - Vitaminas ✓
 - Grasas buenas ✓
- 

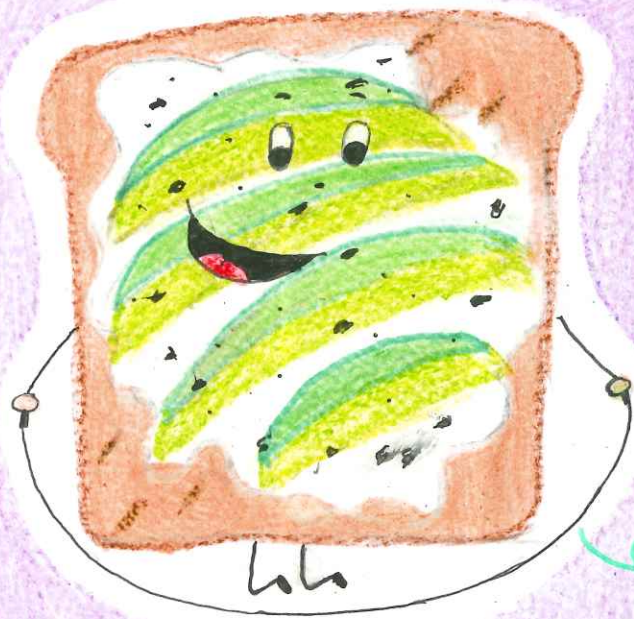


Desayuno Saludable









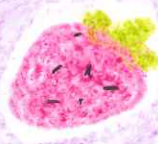
TOSTADA CON AGUACATE



YOGURT NATURAL DE FRESA



HUEVO COCIDO ECO



TAZON DE MUESLI BIO



TV

VS



DONUT DE GLASEADO ROSA

MAGDALENA DOBLE RELLENO

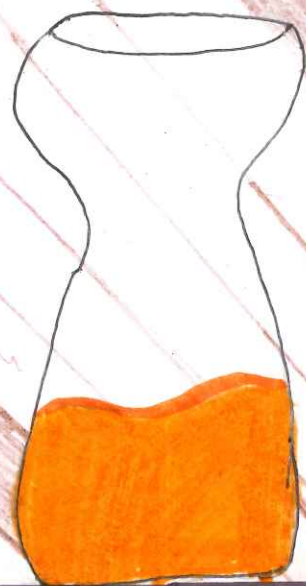
COCA COLA

✓ DESAYUNO SALUDABLE

DESAYUNO NO SALUDABLE +







DESAYUNOS SALVABLES.

Lácteos.



Leche



Queso



Yogur

Fruta.



Banana



Uvas



Fresa

Cereales.



Conjunto.



Leche

Arándanos

Cereales

Fresas



Zumo de Naranja



Leche

Yogur

Tostada

DESAYUNOS.

Frutos



Cereales

Lácteos

ZUMO DE NARANJA

COME SALUDABLE
FRUTA, LÁCTEOS, CEREALES.

AGUA

MANZANA

TOSTADA
CON JAMÓN
SERRANO Y
QUESO.

MANDARINA

