selección de alimentos

GIA ALFIERI

proteinas

- Carne vacuna
- Pollo
- Pescado
- Huevo
- Leche
- Yogurt
- Quesos
- Legumbre
- Cerdo
-
-

carbohidratos

- Arroz
- Papa
- Batata
- Pastas
- Quinoa
- Avena
- Mandioca
- Panificados
- Galletas de arroz
-

frutas

- Manzana
- Pera
- Banana
- Piña
- Melón
- Sandia
- Frutilla
- Mamon
- Durazno
- Mango
- Mandarina
- Limon
- Naranja

verduras

- Cebolla
- Locote
- Tomate
- Zanahoria
- Berenjena
- Lechuga, berro, rucula, verdeos
- Brotes
- Espinaca, acelga
- Pepino
- calabaza
- zapallo, zapallito, zucchini
- brocoli, coliflor
- chauchas
- repollo
- remolacha
- rabanito

lista de super

cantidad	productos