



**Te invitamos
a leer más**

7.- Respuesta correcta: d)

Todos los productos indicados y otros más, como por ejemplo, los adquiridos precocinados y cocinados, hojaldres, pizzas, salsas envasadas, conviene restringir su consumo, pues se trata de limitar en buena medida, el consumo de alimentos con alto valor energético y alto contenido de grasas, grasas saturadas, colesterol, azúcares y/o sal; además estos alimentos suelen tener un bajo contenido de vitaminas, minerales y fibra.

NO RECOMENDABLE

Alimentos con mucha grasa
Alcohol, tabaco
Picantes
...



PRODUCTOS NO RECOMENDADOS



