

NUTRICIÓN

G R A S A S T R A N S L O R E T S E L O C Ó Q F
T B H C M Q T Z R Í B O I S P P L F C T L O U Z
M M E Q A T C A Z R P S S M F B R Q L U T F S E
T Ú C O M L V G M A C C A D E Z Z O Ñ F U Ó S O
Z R H Ó Ñ D C V B A Í B T Ñ T V N Q T T Q Ñ Q N
S Ó O T Ñ V P I Ñ V Ñ U O C H I V C E E M L Ú B
E E S M U N P F O U Ú O P A N F V H Ú Q Í F H S
L Ñ B Ú C S C I I U H D D S S E B U Ú D E N Z A
A A I P D E Z B R F C D A E B A I N O Ó V T A N
R B Ú P T T C R U Ñ F T Ñ A L V Í C S P L Ó Ú I
E D N O T N T A C Q U R Ú O U A B R Í L T A P M
N Ó N Z P E Q P U R D P C I B R P E O U A Ú S A
I E Z I Q I Ó I A V V C Ú D E A Q O U L E H F T
M A E U I D F D Q T R O Ó O M C Q L R T A M V I
T L G Í M E O Ñ G T Í H O S O Ú H S I C Í C F V
N Z N U T R I E N T E S H F M Z Ñ Q B E I L G M
I Q R N H G E I V L Í Í O Q Ó A U A L H H Ó S S
D I A M M N F G B Í G Z M U U E G Í Ú Ú I Z N V
F U V T H I V B B R M L S H T Í I P N T A Í Í R
O T A R D I H O B R A C A A Z Ñ R Ó D Í G A O A
Q O Í A M O Ú L S M T O R Ó Ó G Ñ U I Ú Ú Í R N
Ñ Q P N P O R C I E N T O D V B V A N Ñ H D N O
Ó N Í I H A D A R U T A S A S A R G E Ñ T F S S
Ó F O C Z T A N R E N G U F E E H E E C U Ó G A

tamaño de la porción
grasas trans
insaturado
vitaminas
etiqueta
azúcar
sodio

grasa saturada
ingredientes
nutrientes
minerales
calorías
hechos
fibra

por ciento dv
carbohidrato
colesterol
proteína
potasio
calcio