

# ¿QUÉ SE ESTÁ COCINANDO EN EL MERCADO?

Porciones:

**Ingredientes**



**Preparación**

## DATOS NUTRICIONALES

**Nutrientes Principales**      **Cantidad Por Porción**      **% Valores Diarios**

Total Calorías

Grasa Total

    Grasa Saturada

    Grasa Trans

Colesterol

Sodio

Carbohidrato

    Fibra Dietética

    Azúcares

Proteína

## MIPLATO

- Granos
- Frutas
- Vegetales
- Proteína
- Lácteos