

# Alimenta tu bienestar con **CARBOHIDRATOS**



La  
Lonchera  
de Mi  
**Hijo**

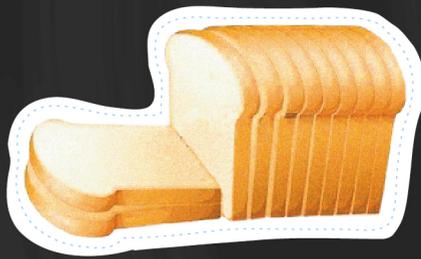


SOCIEDAD  
ANTICANCEROSA  
DE VENEZUELA  
J-00056059-5



Los carbohidratos te aportan energía que necesitas durante el día. Se recomiendan 5 raciones al día. Una ración equivale a:

**1 REBANADA  
DE PAN**



**1 UNIDAD  
DE PAPAS**



**1 UNIDAD PEQUEÑA  
DE PANQUECAS**



**1/2 TAZA  
DE PASTA COCIDA**

**POR ESO DEBEN TENER UNA  
IMPORTANTE PRESENCIA EN  
NUESTRA ALIMENTACIÓN  
DIARIA.**



**1/2 TAZA DE  
CEREALES COCIDOS**