

**Cereales, raíces,
tubérculos y plátanos**



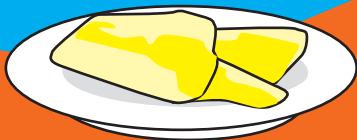
Arroz con coco

**Cereales, raíces,
tubérculos y plátanos**



Papas hervidas

**Cereales, raíces,
tubérculos y plátanos**



Yuca cocida

**Cereales, raíces,
tubérculos y plátanos**



Maduro asado

RETIRO CARTAS



La educación
es de todos

Mineducación



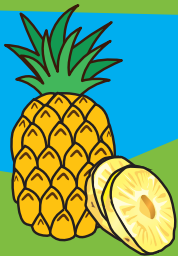
unicef

Frutas y verduras



Ensalada de frutas

Frutas y verduras



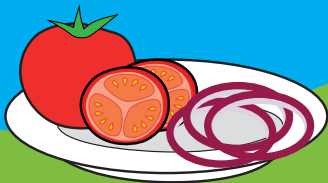
Rodajas de piña

Frutas y verduras



Jugo de mango

Frutas y verduras



**Ensalada de tomate
y cebolla**

**Leche y productos
lácteos**



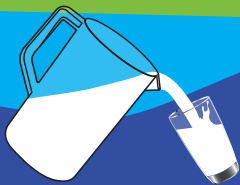
Yogur

Leche y productos lácteos



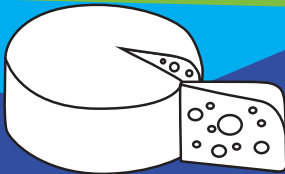
Kumis

**Leche y productos
lácteos**



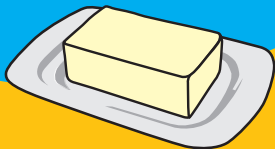
Leche fría

**Leche y productos
lácteos**



Queso campesino

Grasas



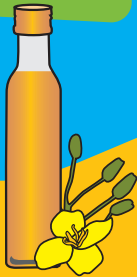
Mantequilla

Grasas



Aceite de maiz

Grasas



Aceite de canola

Grasas



Aceite de coco

**Carnes, huevos,
leguminosas secas,
frutos secos y semillas**



Carne asada

**Carnes, huevos,
leguminosas secas,
frutos secos y semillas**



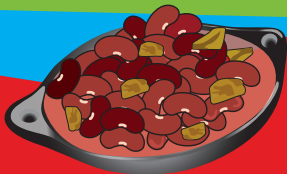
Sancocho de pescado

**Carnes, huevos,
leguminosas secas,
frutos secos y semillas**



Maní

**Carnes, huevos,
leguminosas secas,
frutos secos y semillas**



Frijoles con plátano

Azúcares



Miel

Azúcares



Azúcar blanca

Azúcares



Azúcar morena



A diagram of a candy bar cross-section. The top half is blue and contains a green rounded rectangle with the word 'Azúcares' in white. The bottom half is purple and contains a brown trapezoidal shape representing a caramel piece. Below the caramel is the word 'Panela' in white. The entire diagram is enclosed in a black rectangular border with four small black lines extending outwards from the corners.

Azúcares

Panela

TROQUEL

