

LA PIRAMIDE ALIMENTARE

e le buone abitudini

Giochiamo
a mangiare
bene!



camst:
ristorazione Scolastica

dolci, snack



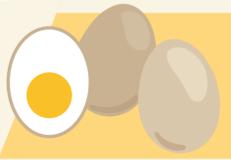
bibite

formaggi



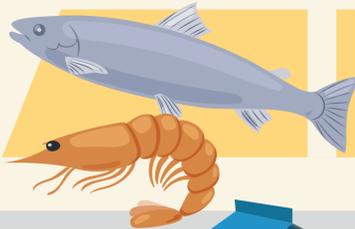
condimenti

uova



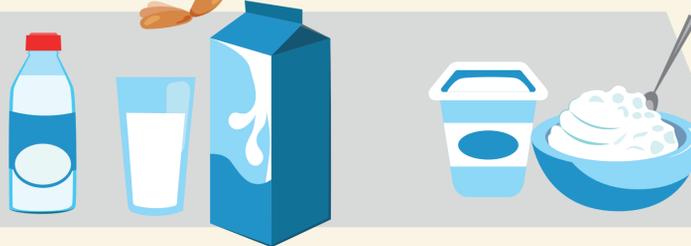
carne

pesce



legumi

latte



yogurt

cereali



frutta



verdura



acqua



attività fisica



adeguato riposo

