
Alimentação Saudável

A top-down view of a person's hands holding a clear glass bowl filled with a vibrant salad. The salad includes sliced cherry tomatoes, yellow and red bell peppers, white onion rings, and various leafy greens like lettuce and arugula. The background is a wooden surface with other fresh ingredients like more tomatoes and onions, and a green plate with a purple vegetable, all slightly out of focus.

Você sabe qual a importância de ter uma alimentação saudável?

Tipos de alimentos

Alimentos Naturais:

Alimentos industrializados;

Alimentos Light;

Alimentos Diet.

Notícias sobre alimentação:

Conclusão:

Fonte Bibliográfica: