



# FRUTAS Y VEGETALES Anaranjadas

Son ricos en  
vitamina C y  
mantienen  
la piel joven.

Contribuyen a la  
cicatrización de las  
heridas, ayudan a la  
vista (especialmente  
la visión nocturna),  
mantienen el corazón  
sano y fortalecen el  
sistema inmune.