

## COORDINACIÓN DE SALUD

### CONSUMO DE ALIMENTOS SALUDABLES

Estos son los Diez Reglas de Oro:

- Elegir los **alimentos** tratados con fines **higiénicos**. ...
- Cocinar bien los **alimentos**. ...
- Consumir inmediatamente los **alimentos** cocinados. ...
- Guardar cuidadosamente los **alimentos** cocinados. ...
- Recalentar bien los **alimentos** cocinados. ...
- Evitar el contacto entre los **alimentos** crudos y los cocinados.
- 

### CAPACITACION DE LOS BUENOS HABITOS ALIMENTICIOS



### PLATO DEL BIEN COMER:

