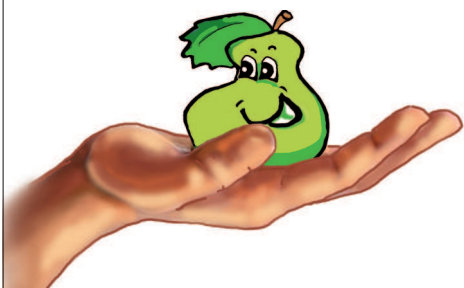
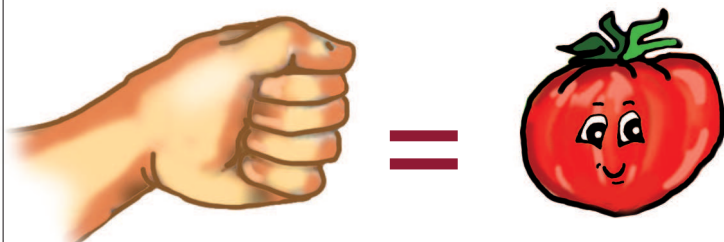




5 PORZIONI AL GIORNO
fra frutta e verdura



PORZIONE:
LA FRUTTA O VERDURA
CHE STA SUL PALMO
DELLA MANO,
O GRANDE COME
IL TUO PUGNO



5 PORZIONI AL GIORNO
fra frutta e verdura

**IN PALMO DI MANO
LA PORZIONE PER
CRESCER SANO**