



¡Buenas noticias! Los alimentos saludables no tienen que costarle más, ya sea para usted mismo o para una campaña de recolección de alimentos. Comprar ingredientes saludables para preparar una comida fresca puede ser más económico que comprar alimentos prefabricados y procesados. Usted puede gastar aproximadamente la misma cantidad para obtener casi el doble de las porciones de los alimentos ricos en nutrientes...Esta es una buena razón para **dar el regalo de salud** a usted mismo y a su familia ¡y ahora también a los demás!

Opción normal

Opción ¡Súper Alimento!

Avena instantánea de fruta y crema (10 porciones)	Avena natural (30 porciones)
Palomitas de microondas sabor mantequilla (17 porciones)	Maíz amarillo natural (24 porciones)
Frijoles refritos enlatados (3.5 porciones)	Frijoles negros o garbanzos secos (12 porciones)
Papas enlatadas (3.5 porciones)	Verdura mixta enlatada sin sal (3.5 porciones)
Bolsitas de fruta azucarada (6 porciones)	Pasitas naturales (17 porciones)
Rebanadas de pera en jarabe (3.5 porciones)	Puré de manzana natural (5 porciones)
Mezcla de pasta prefabricada (2.5 porciones)	Espagueti integral (7 porciones)
Polvo para preparar bebida de chocolate caliente (20 porciones)	Te verde (40 porciones)
Arroz instantáneo sazonado (2.5 porciones)	Arroz integral (22 porciones)
Carne de lomo enlatada (2 porciones)	Atún enlatado en agua (4 porciones)
Galletas de chispas de chocolate (13 porciones)	Barras de granola-avena y miel (6 porciones)
Cereales de chocolate (11 porciones)	Cereales de avena tostada (12 porciones)
TOTAL: 94.5 porciones: \$28.68	TOTAL: 182.5 porciones de SúperAlimento: \$30.08

Nota: Los precios pueden variar dependiendo la tienda, ofertas y la marca.