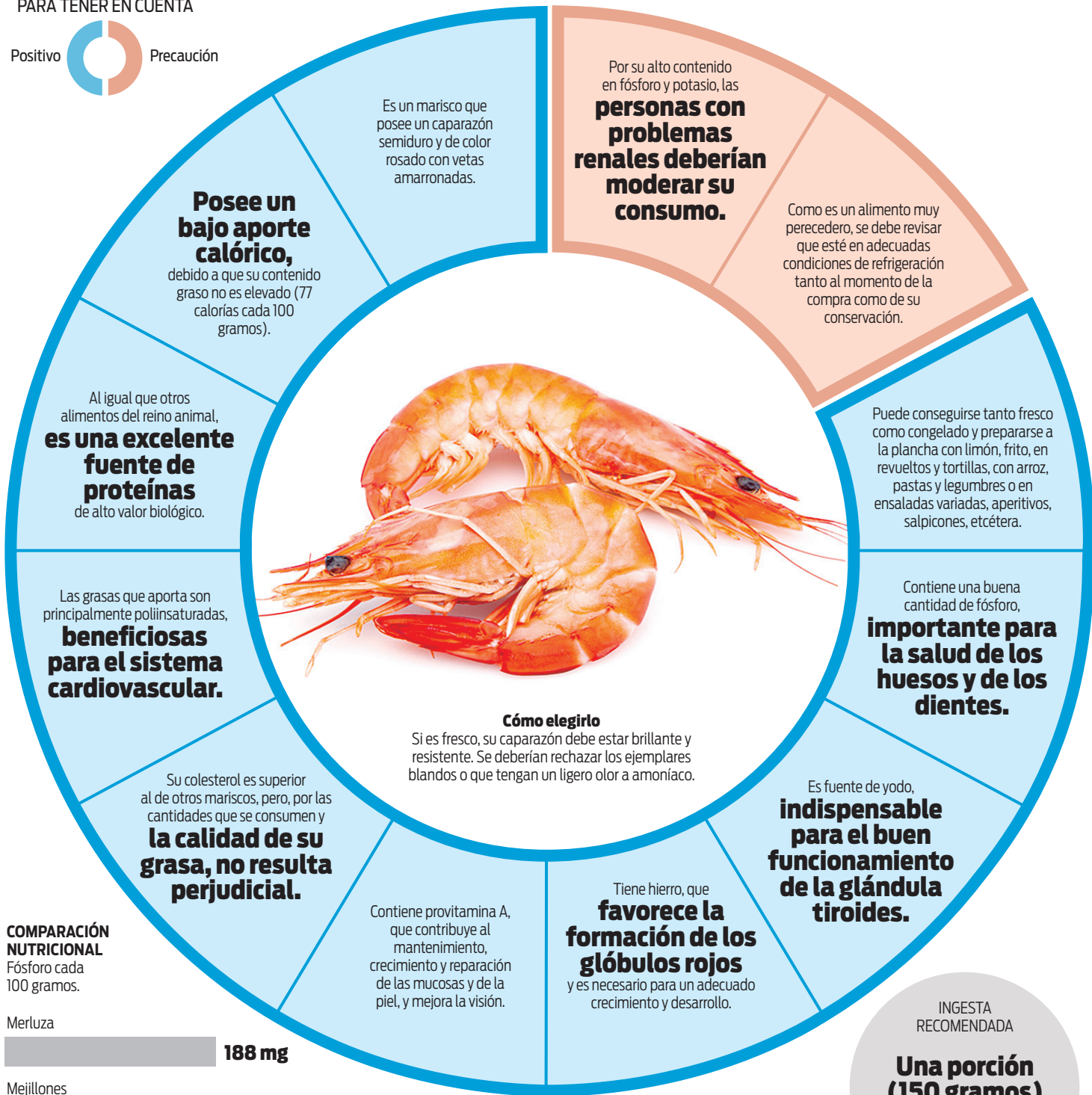


# PARA UNA BUENA COPA

PARA TENER EN CUENTA



## COMPARACIÓN NUTRICIONAL

Fósforo cada 100 gramos.

Merluza

188 mg

Mejillones

197 mg

Langostinos

256 mg

INGESTA RECOMENDADA

**Una porción (150 gramos)**

puede ser una de las tres de pescado que se aconsejan por semana.