

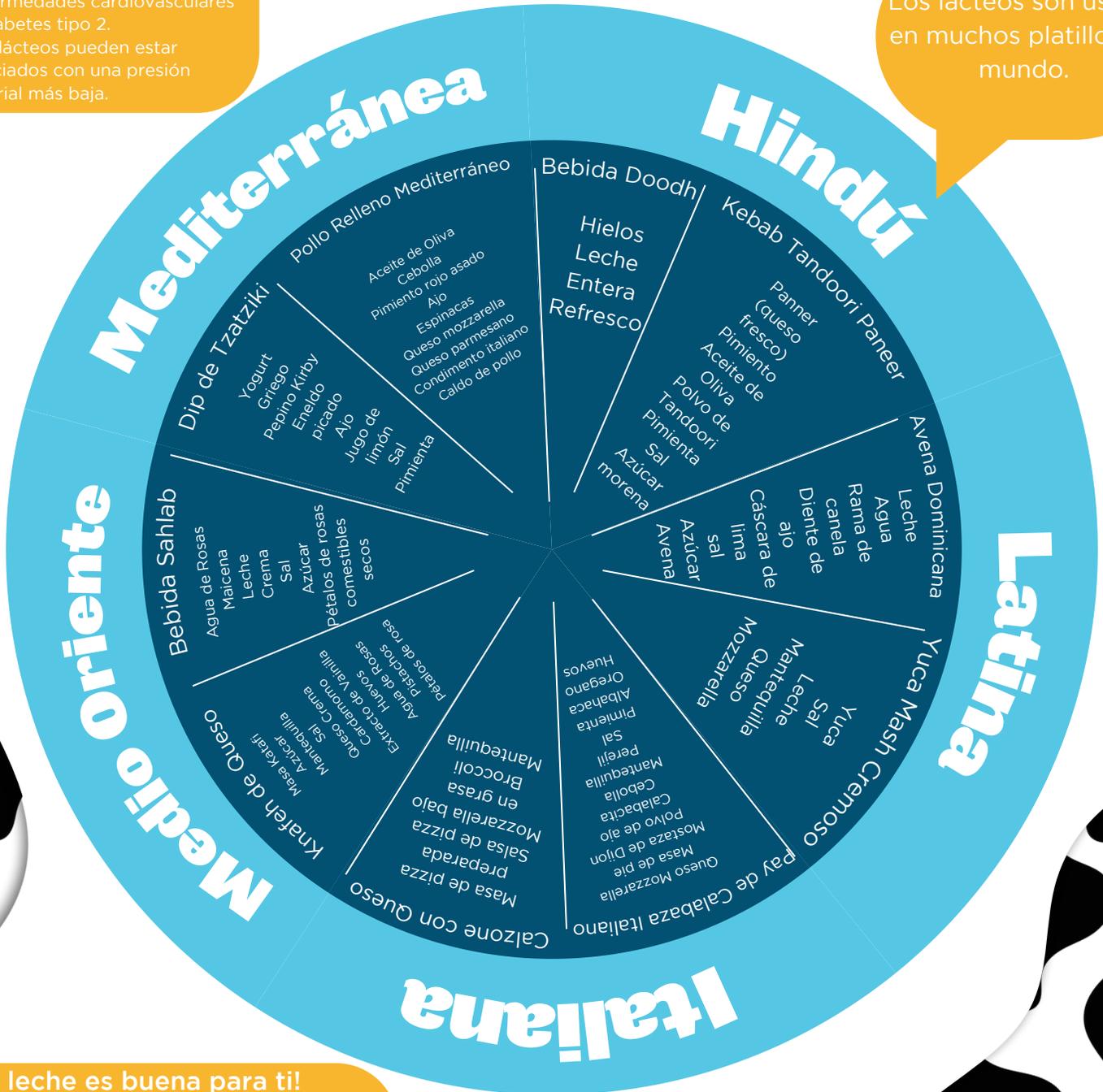
# Los Lácteos

## Los sabores del mundo

### ¿Sabías Qué?

- El consumo de productos lácteos puede estar relacionado con la reducción de enfermedades cardiovasculares y diabetes tipo 2.
- Los lácteos pueden estar asociados con una presión arterial más baja.

Los lácteos son usados en muchos platillos del mundo.



### ¡La leche es buena para ti!

La leche contiene el 25% del valor diario de calcio, el 20% del valor diario de fósforo y el 50% del valor diario de vitamina B12.

