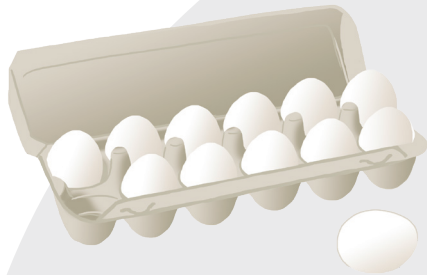


Los alimentos Olo

Cada alimento juega un papel en el desarrollo de su bebé



HUEVOS

1 huevo al día

Las **proteínas** contribuyen a la formación de músculos, órganos y la piel.



1 L de leche
(4 tazas de
250 ml) al día

LECHE

El **calcio** y la **vitamina D** contribuyen a la formación de huesos y dientes sólidos.



1 bolsa de verduras congeladas a la semana

VERDURAS

Para consumir más verduras y disfrutar cocinándolas.



1 dosis de multivitaminas al día

MULTIVITAMINAS PRENATALES

Para cubrir todas las necesidades nutricionales, como complemento de las comidas.

El **hierro** contribuye a la formación de células sanguíneas y al transporte de oxígeno.

El **ácido fólico** contribuye al desarrollo del cerebro, el sistema nervioso y la columna vertebral.