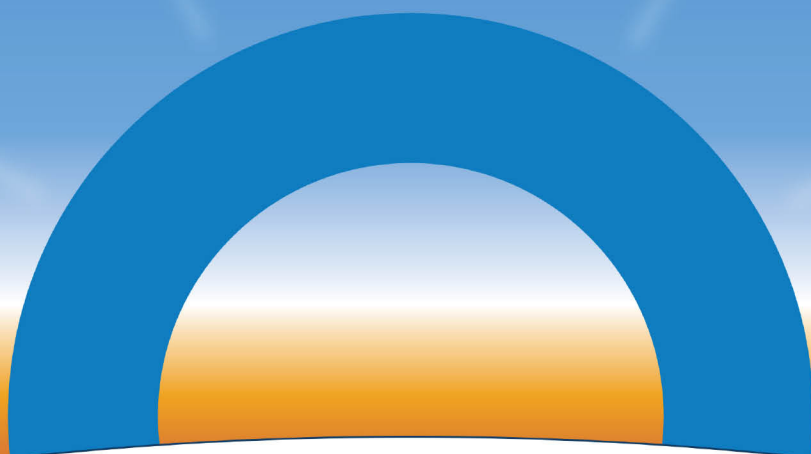


DIABETES

Alimentação
saudável começa
com o
pequeno-almoço



DIABETES:
PROTEGER O NOSSO FUTURO
www.worlddiabetesday.org



dia mundial da diabetes
14 de novembro


SRAS
Secretaria Regional dos Assuntos Sociais

Instituto de Administração da Saúde
e Assuntos Sociais, IP-RAM



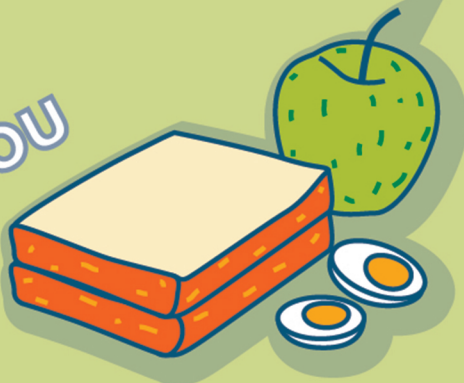
Sumo de laranja natural +
pão com queijo

ou



Leite com fruta (batido)
+ pão com fiambre

ou



Ovo cozido
+ pão torrado + fruta

ou



logurte + bolachas +
fruta

ou



Cereais cornflakes com
leite + fruta