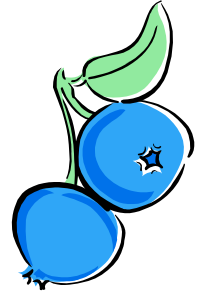


# Julio es el mes de bayas azules

¡Come bayas azules para buena salud!



- Bayas azules son buenas orígenes de **Vitamina A, Vitamina C, Potasio y Folate!**
- Bayas azules son bajas en **grasa y sodio.**
- Bayas azules contienen **antioxidantes** - que puede **prohibir el cáncer, combatir contra enfermedades, y reducir colesterol "malo" (LDL).**
- Bayas azules obtienen su guapo **color** de un **pigmento natural pigmento** que se llama Anthocyanin. Este pigmento puede ayudar **prohibir infecciones de vía orinal y mejorar su visión.**
- **Celebrar** su salud y **Julio 4** con un tazón de **Rojo, Blanco y Azul** - **fresas, yogur sin grasa y bayas azules.**

