

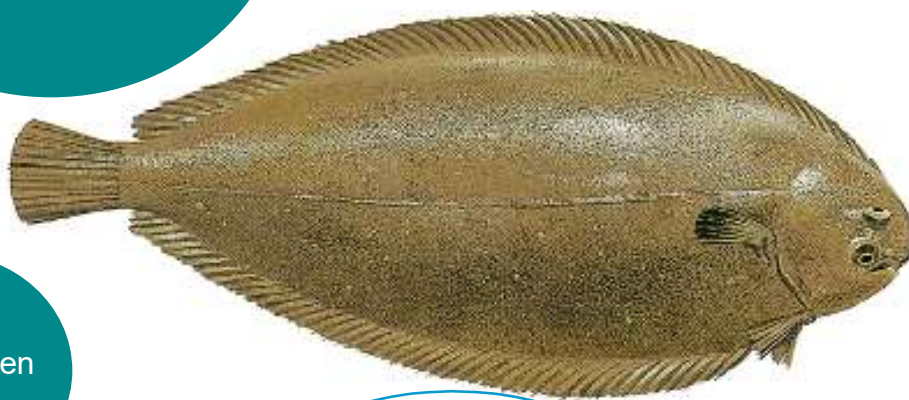
Contiene **vitaminas del grupo B** que favorecen la elasticidad arterial, mejoran la circulación y previenen las enfermedades cardíacas

Aporta **fósforo, yodo, potasio y hierro**

Alto contenido en **colágeno**

Bajo contenido en **grasas**

Aporte de **proteínas** de gran calidad, de fácil digestión y alto valor biológico



Lenguado

Bajo aporte calórico

pescadeRías
¿de onde se non?



gàlicia

 **Xacobeo 2021**

 **XUNTA DE GALICIA**