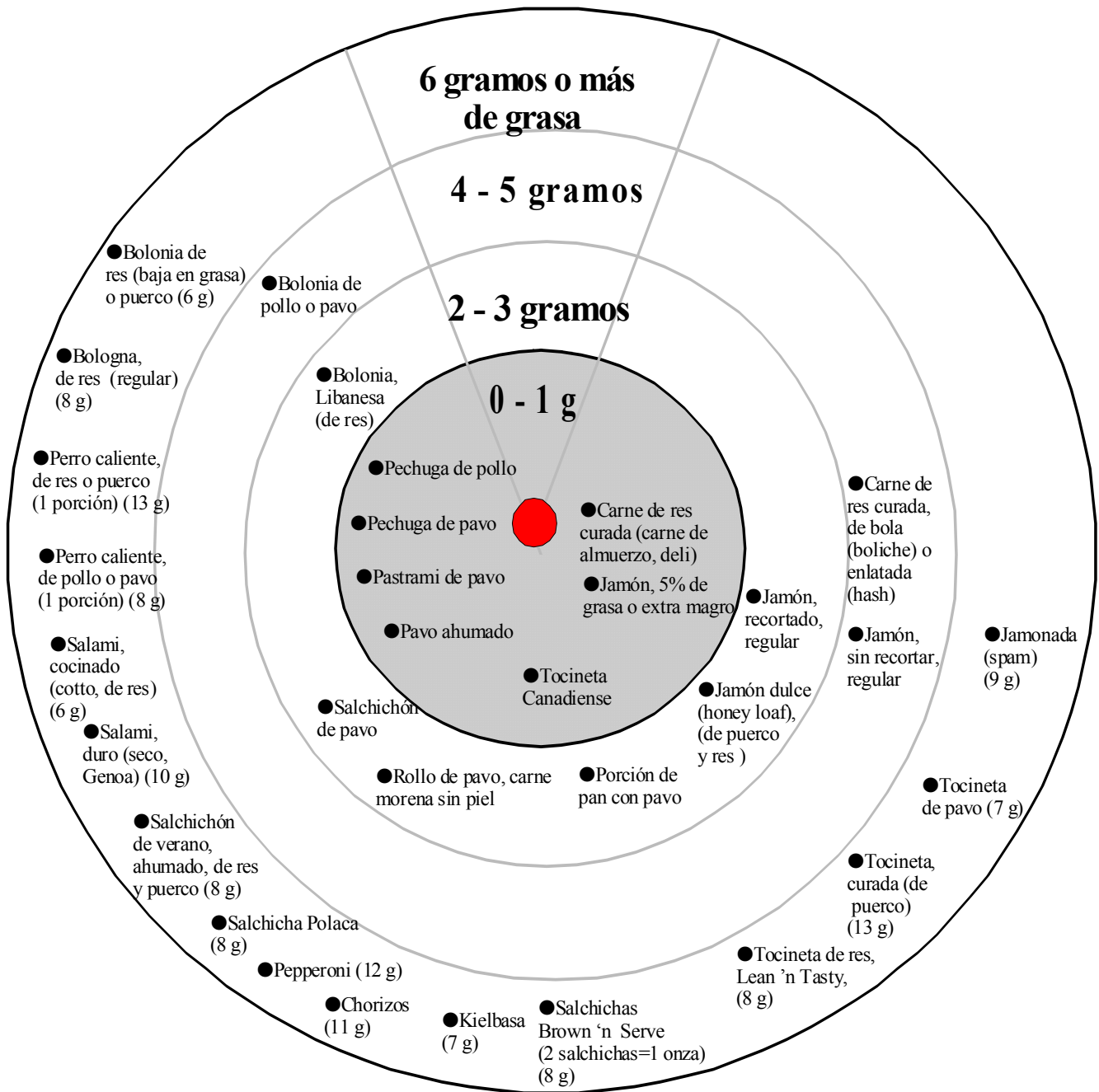


## Enfocando la Grasa: Fiambres o Carnes Frías para Sandwich

Compare el contenido de grasa de las carnes frías para sandwich que aparecen en el gráfico. Tenga presente su presupuesto de grasa diario cuando seleccione el tipo y la cantidad de carnes frías que Ud. consume.



*Nota:* Cada **porción es de una onza**, cocinada (a menos que se indique otra cantidad). Para las carnes frías altas en grasa, los gramos de grasa aparecen en paréntesis.