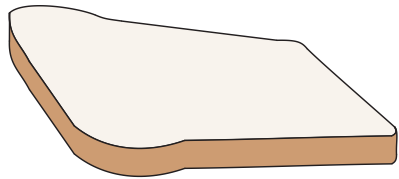
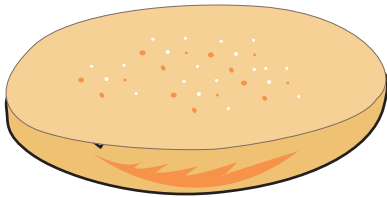


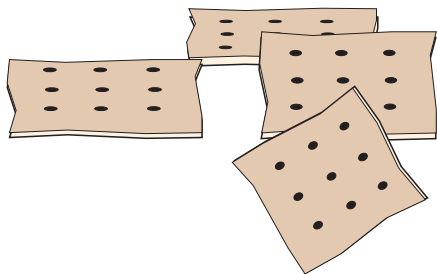
# ¿Qué es una porción?



- Una rebanada de pan



- La mitad de un pan para hamburguesa o de un bagel



- De 3-4 galletas grandes