

# ¿Sabías que...?



**1 PASTELILLO DE GUAYABA = 10 GUAYABAS**  
**379 CALORÍAS CADA TARTA**



**37 CALORÍAS CADA GUAYABA**



**BATIDO DE PAPAYA**  
**(CON LECHE EVAPORADA Y CONDENSADA) =**  
**343 CALORÍAS**



**PAPAYA FRESCA**  
**(1 TAZA) =**  
**60 CALORÍAS**



Nova Southeastern University - Beca de Calidad de Vida Financiada [www.NSUCaribbeanhealth.com](http://www.NSUCaribbeanhealth.com)

*Alimentación Saludable, Vida Activa*