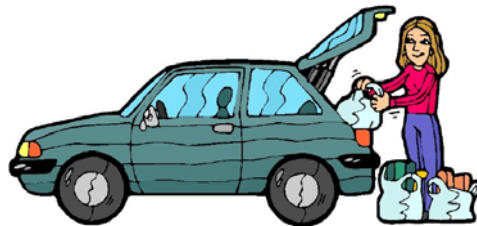
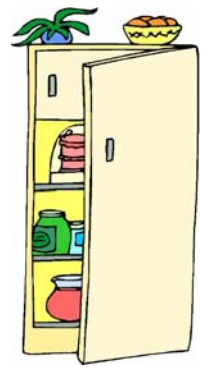




Compra De Comida

Mantenga Las Comidas A Salvo Mientras Compra

1. Ponga la carne cruda y pollo en bolsas plásticas para que así los jugos de las carnes no llenen las otras comidas.
2. Ponga comidas frías y congeladas de último en el carrito.
3. No compre comidas enlatadas que estén abolladas o en paquetes que estén rotos.
4. Vaya a casa tan pronto termine de hacer la compra de comida.
5. Guarde la comida enseguida que llegue a su hogar.



Número 8, 2005

Developed by: A team of University of Illinois Extension Consumer & Family Economics and Nutrition & Wellness Educators