

Biblioteca Fotográfica

Viandas Light y Saludables + IA



1. Planificación de viandas semanales

Preparación organizada de varias viandas listas para conservar y consumir durante la semana, una escena ideal para representar la planificación de menús prácticos y saludables.

Fotografía real de stock - Pexels



2. Porciones equilibradas para llevar

Vianda con arroz, vegetales y proteína, vinculada con la elección de cantidades y la combinación de distintos grupos de alimentos para una comida completa.

Fotografía real de stock - Pexels

Biblioteca Fotográfica

Viandas Light y Saludables + IA



3. Preparación anticipada y variedad

Composición con cereales, vegetales y proteínas que muestra cómo organizar distintas opciones para armar comidas variadas, prácticas y listas para llevar.

Fotografía real de stock - Pexels



4. Pescado, vegetales y vianda completa

Vianda preparada con pescado y vegetales, alineada con la recomendación de incorporar pescado y sumar variedad de alimentos en las comidas cotidianas.

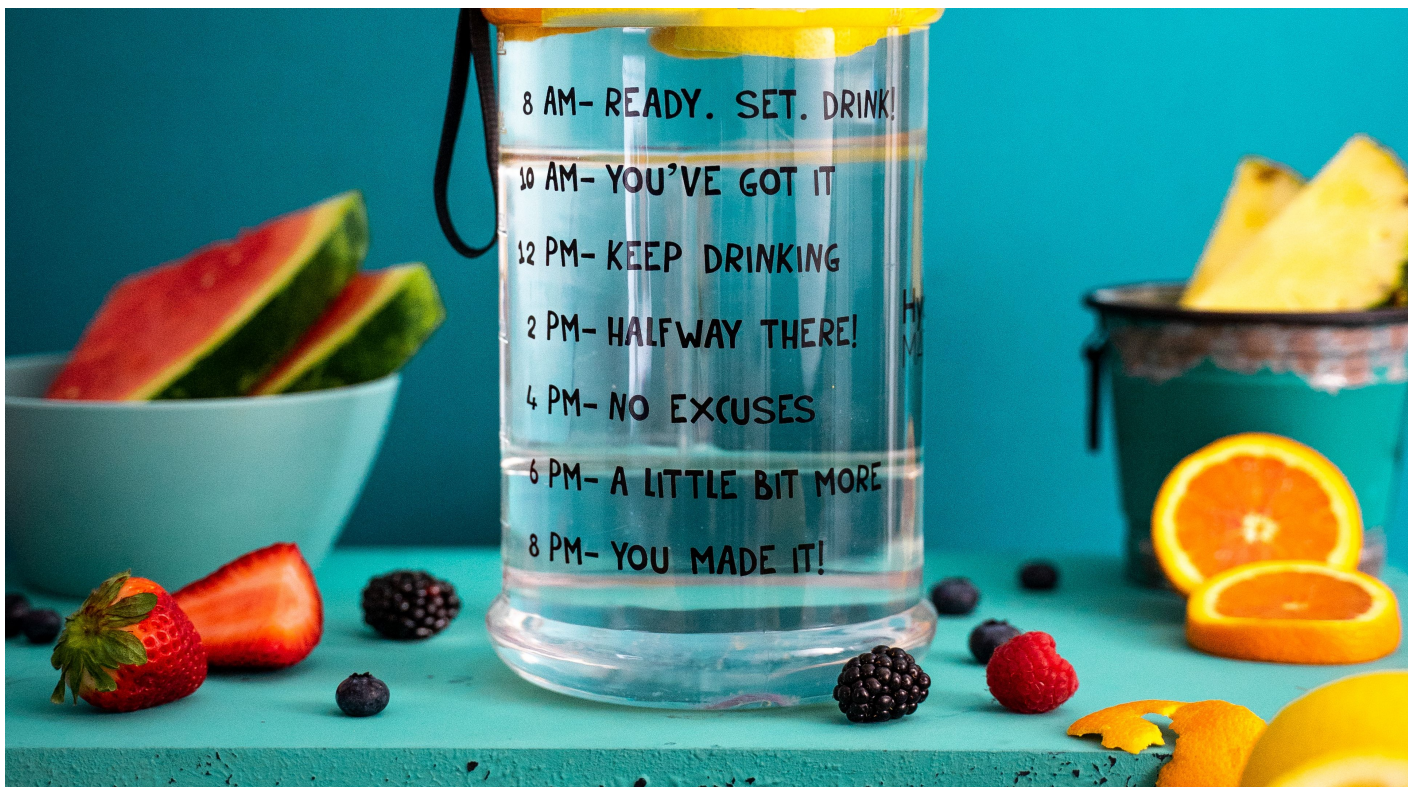
Fotografía real de stock - Pexels



5. Frutas, verduras y colaciones saludables

Lunch boxes con frutas, vegetales y sándwiches, útiles para representar opciones de viandas sanas y nutritivas para el trabajo, estudio o actividades fuera de casa.

Fotografía real de stock - Pexels



6. Hidratación: priorizar el agua

Botella de agua acompañada de frutas frescas, una fotografía adecuada para reforzar el hábito de elegir agua como bebida principal durante el día.

Fotografía real de stock - Pexels



7. Comida light con pescado y ensalada

Plato de pescado con vegetales y limón, una alternativa visual para recetas livianas basadas en ingredientes frescos y preparaciones simples.

Fotografía real de stock - Pexels



8. Vianda práctica con frutas y sándwich

Contenedor con frutas, sándwich y colación, pensado para ilustrar una comida portable y organizada que puede adaptarse a jornadas laborales o escolares.

Fotografía real de stock - Pexels



9. Variedad de viandas para diferentes días

Distintos recipientes con frutas, verduras y sándwiches que representan la planificación de opciones variadas dentro de un menú semanal.

Fotografía real de stock - Pexels



10. Composición saludable lista para transportar

Viandas coloridas con alimentos frescos y porciones separadas, una referencia visual para organizar comidas caseras cómodas, nutritivas y fáciles de trasladar.

Fotografía real de stock - Pexels