VALOR ALIMENTICIO DEL AZUCAR

Fíjese que 10 gramos de azúcar, además de ser agradable al paladar, tiene aproximadamente tanto valor alimenticio como:

58	gramos	de	leche.
50	,,	,,	papas.
24	,,	,,	huevos.
18	,,	,,	carne.
16	,,	,,	pan de trigo.
14	,,	,,	tortilla de maíz.
12	,,	,,	frijol.

El azúcar blanca es un alimento limpio, sano, poderoso y completamente asimilable. Por sus cualidades alimenticias el azúcar es indispensable para el desarrollo físico del niño, como elemento creador de vigor en la plenitud de la vida del adulto, y finalmente como restaurador de energías en los postreros años de la vida.

AZUCAR, S. A.