



Nombre de alumnos: Keila Elizabeth Velasco Briceño

Nombre del profesor: Alfredo Agustín Vázquez

Nombre del trabajo: Plato del buen comer

Materia: Nutrición clínica

Grado: 3 Cuatrimestre

Grupo: B

Comitán de Domínguez Chiapas a 20 de junio de 2020.

PLATO DEL BUEN COMER



En Comitán, Chiapas es la región en donde vivo y existen gran variedad de platillos gastronómicos en los cuales se combinan variedad de verduras, cereales, legumbres, carnes para hacer platillos muy ricos como por ejemplo un mole, caldo de res, chiles de relleno, tostadas, pan compuesto, entre otros.

Muchos de estos alimentos son cosechados por agricultores y se consumen en la región y se exporta a otros lados.

También podemos observar que al cosecharlos algunos no utilizan fertilizantes o químicos y por lo tanto son más saludables para nuestro organismo.