



El semillero : <https://mxcity.mx/2015/06/el-semillero-un-lugar-de-agroculto-en-el-centro-de-la-ciudad-de-mexico/>



Mora Mora Polanco : <https://www.moramora.mx>



Básico : <https://www.sebasico.com>



Giornale : <https://giornale.mx>



Ojo de Agua : <https://grupoojodeagua.com.mx>

Comida saludable : Una alimentación saludable consiste en ingerir una variedad de alimentos que te brinden los nutrientes que necesitas para mantenerte sana, sentirte bien y tener energía. Estos nutrientes incluyen las proteínas, los carbohidratos, las grasas, el agua, las vitaminas y los minerales. La nutrición es importante para todos