

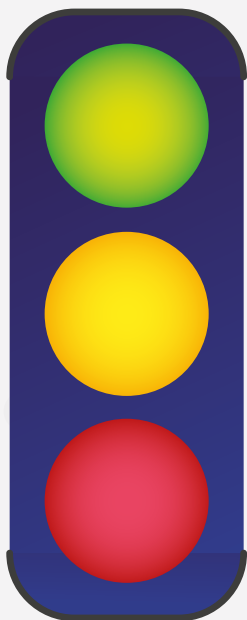
**MEDOPS**  
GROUP

**¡Come rico y seguro  
con **PKU!****





*¡Soy Súper GoLike Plus y  
estoy aquí para enseñarte  
a comer rico y seguro con  
PKU!*



**Verdes:** muy bajos en fenilalanina

¡Come tranquilo, puedes repetir!

---

**Amarillo:** contenido moderado de fenilalanina

¡Aquí cuenta la cantidad, disfrútalos con medida.!

---

**Rojos:** muy altos en fenilalanina

¡Evitalos, tu cuerpo estará mas feliz sin ellos!

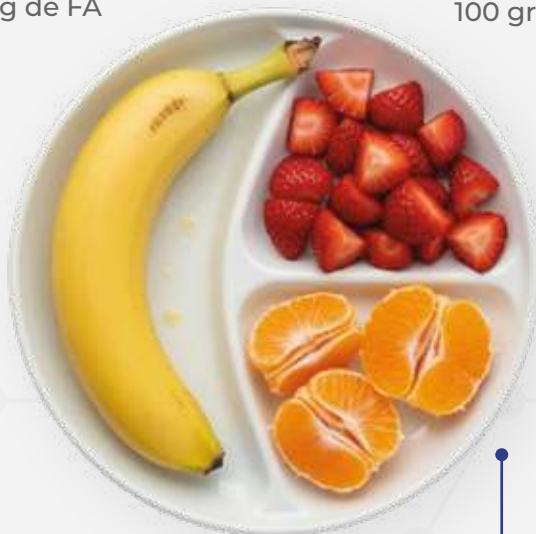
**PKU GoLike Plus y los alimentos verdes:**  
Tus aliados para estar sano

**Platano seda**

120 gr = 59mg de FA

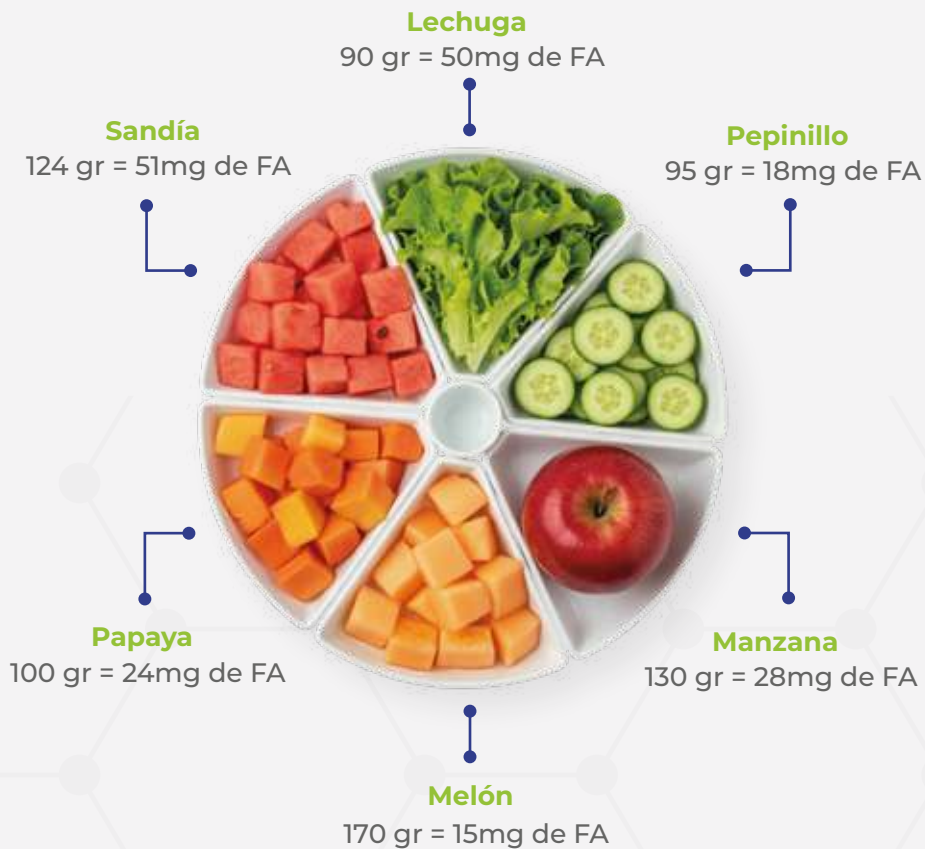
**Frutilla**

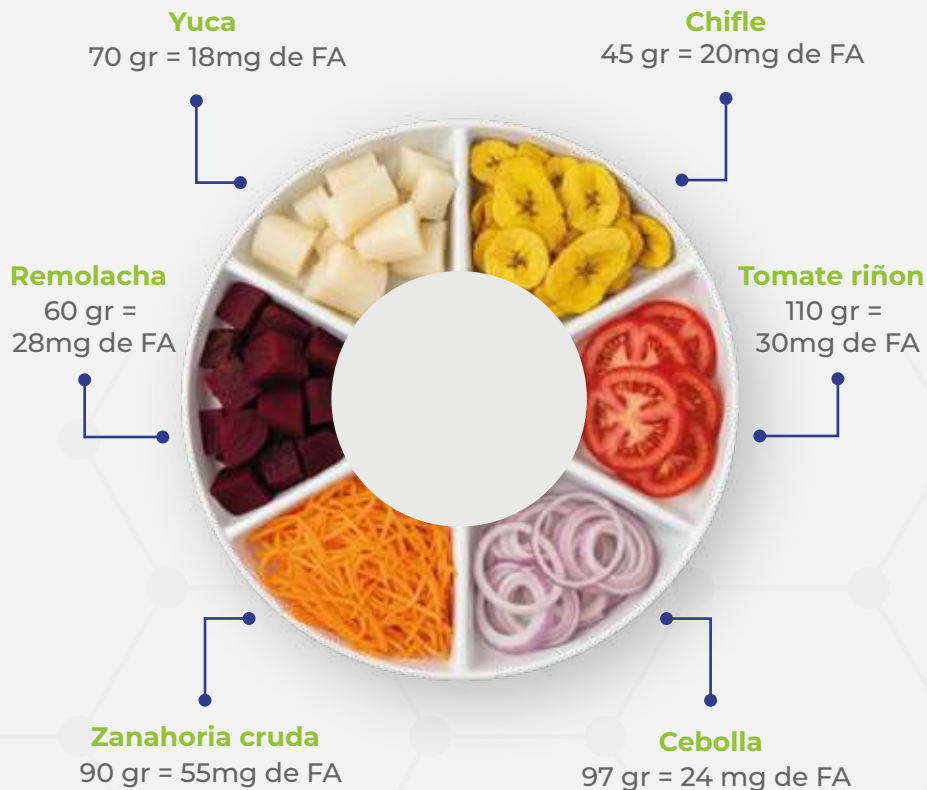
100 gr = 19mg de FA



**Mandarina Patateña**

60 gr = 24mg de FA





**Con PKU GoLike Plus equilibra tu dieta,**  
incluso cuando comes porciones pequeñas  
de estos alimentos.

**Choclo**

30 gr = 45mg de FA

**Mote**

30 gr = 47mg de FA

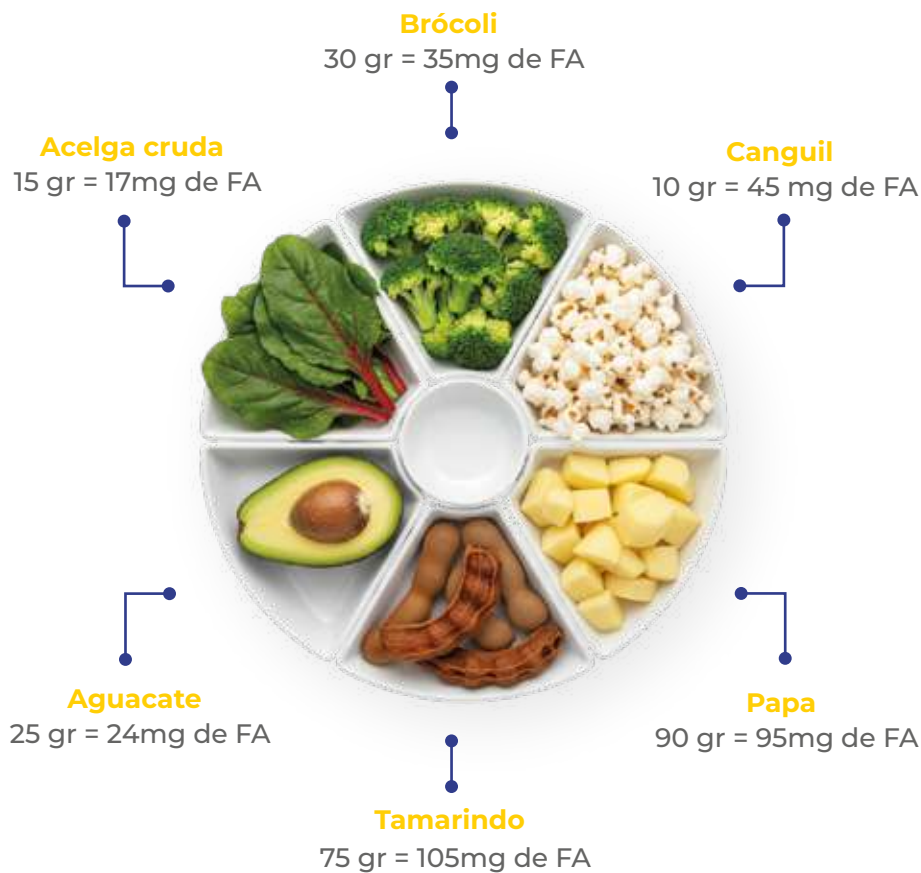


**Arroz**

50 gr = 60mg de FA

**Camote**

80 gr = 62mg de FA



**Estos alimentos no son parte de tu dieta PKU**  
tu superfórmula GoLike Plus se encarga de  
darte lo que tu cuerpo necesita

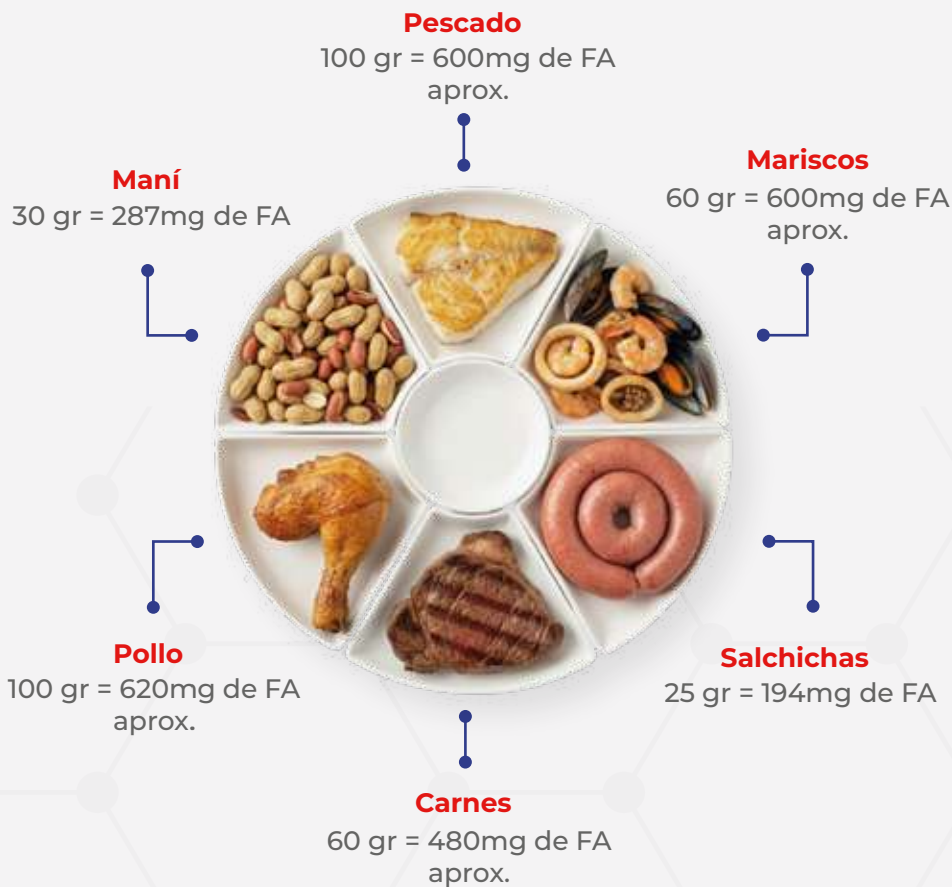


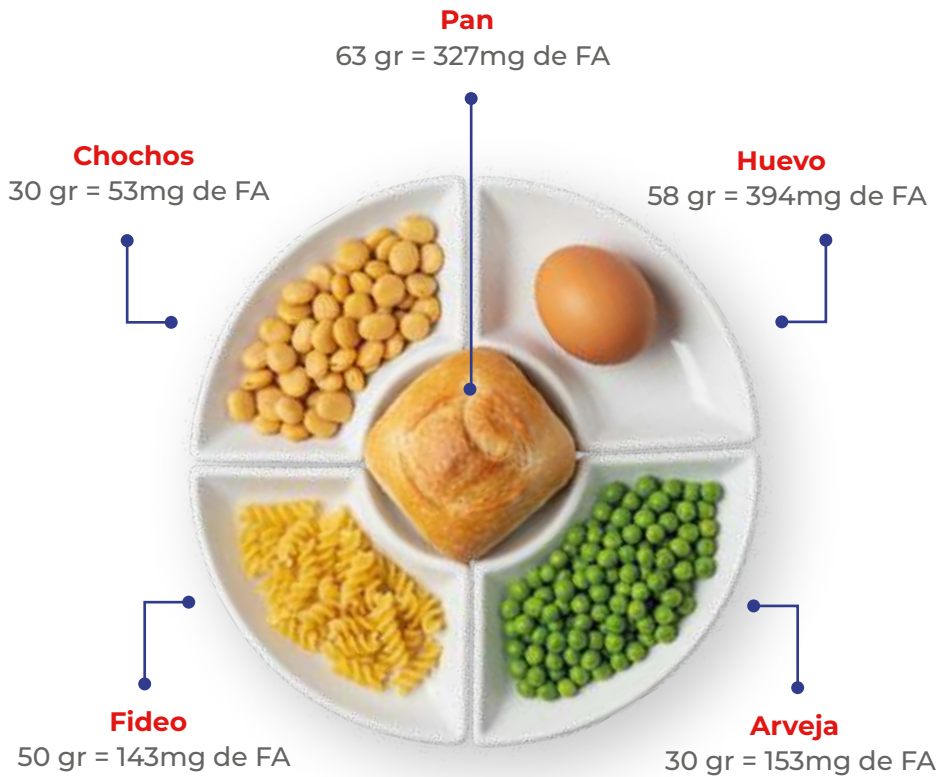
**Fréjol**

30 gr = 143mg de FA

**Menestra de lenteja**

80 gr = 389mg de FA





## Usa las medidas caseras para tus alimentos y después comprueba su contenido de fenilalanina

**¡Tú llevas el control de tu dieta PKU!**

*¡Recuerda que tu fórmula PKU GoLike siempre aporta proteína segura!*

Jarro de cerámica  
de 6 onzas



1 Jarro = 350gr  
 $\frac{3}{4}$  Jarro = 263gr  
 $\frac{1}{2}$  Jarro = 175gr  
 $\frac{1}{4}$  Jarro = 88g

Vaso plástico  
de 6 onzas



1 vaso = 200gr  
 $\frac{3}{4}$  vaso = 150gr  
 $\frac{1}{2}$  vaso = 100gr  
 $\frac{1}{4}$  vaso = 50gr

### Jarro de metal



- 1 Jarro = 370gr
- $\frac{3}{4}$  Jarro = 278gr
- $\frac{1}{2}$  Jarro = 185gr
- $\frac{1}{4}$  Jarro = 93gr

### Cucharas



- 1.Cucharita de café = 2,5 gr
- 2.Cuchara de postre = 4 gr
- 3.Cuchara sopera = 10 gr



Para conocer el contenido de fenilalanina de muchos otros alimentos **Escanea este QR** y accede a la lista completa de alimentos con su contenido de fenilalanina.



*¡Así sabrás qué puedes comer cada día!"*

**MEDOPS**  
GROUP