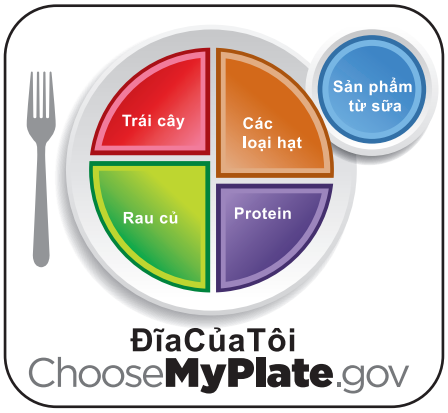
Trái cây
Các loại hạt
Sản phẩm từ sữa
Rau củ
Protein
ĐĩaCủaTôi
ChooseMyPlate.gov