

$$|B \subseteq A|$$

$$B \subseteq A \implies |B| \leq |A|$$

Dimostrazione

$$A = (A \setminus B) \cup (A \cap B)$$

$$= (A \setminus B) \cup B \qquad (B \subseteq A)$$

$$|A| = |A \setminus B| + |B| \qquad (\text{perché sono disgiunti})$$

$$\geq |B|$$