








## MINUTA DE COLACION

|           |  |   |
|-----------|--|---|
| LUNES     | Verdura: palitos de apio, zanahoria, zapallo italiano, tomates cherry, otros.<br>   | Agua 200 CC. ò jugo reducido en azúcar. |
| MARTES    | Lácteos semidescremados: leche, yogurt, leche cultivada, flan, otros.<br>   | Agua 200 CC. ò jugo reducido en azúcar. |
| MIERCOLES | Frutos secos (una taza): nueces, almendras, maní (sin sal) ò cereal bajo en azúcar: hojuelas de maíz, cereal integral, quínoa, natur.<br> | Agua 200 CC. ò jugo reducido en azúcar. |
| JUEVES    | Fruta natural o ensaladas de frutas<br>   | Agua 200 CC. ò jugo reducido en azúcar. |
| VIERNES   | Sándwich (medio o pequeño) ò fajita pequeña integral con atún y/o lechuga y/o tomate y/o huevo y/o jamón<br>                            | Agua 200 CC. ò jugo reducido en azúcar. |