



MENÚ PARA EL COLE CHICO

Mix and match

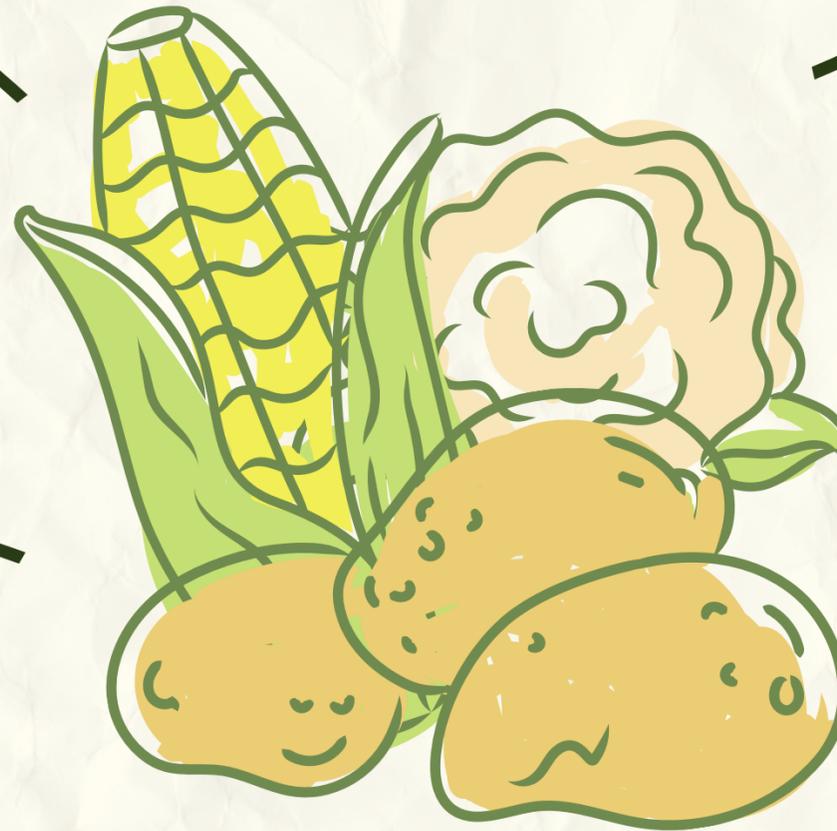
ELEGIMOS JUNTOS ALIMENTOS DE CADA GRUPO

Cereales

Fideo / Polenta
Pan / Arvejas

Verduras

Zapallo bras
tomate cherry
Lechuga / Brócoli
Berenjena



Proteínas

Pollo
Huevo duro

Grasas

Aceite de Oliva
Aceitunas
Mayonesa

Organiza tu menú

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
RECROO	Yogur peq + Granola	Galletitas de arroz + Frutas	Yogur peq + Frutas	Sándwich de jyq + Jugo de frutas	Ensalada de fruta + Yogur peq + Granola
ALMIERZO	Sopa de verduras Pollo en tiritas Fideo a la oliva	Sándwich de huevo, tomate y lechuga		Polenta con salsa de pollo	
RECOMENDACIONES	Siempre Agua	Jugos naturales endulzados con stevia	Alimentos realistas Fáciles de manipular	En lo posible armar juntos el menú	Adecuado a cada requerimiento