

Minuta de colaciones diarias 2022.

Lunes: yogurt con cereales + jugo o leche.

Martes: medio pan con agregado a gusto del niño/a + leche o jugo.

Miércoles: frutos secos o huevo duro + jugo o leche.

Jueves: postre de leche o trozo de queque sin relleno + jugo o leche.

Viernes: fruta picada o ensalada + jugo o leche.

Nota:

En caso de presentar alguna intolerancia alimentaria o negación a consumir algún alimento puede reemplazarlo por algún otro que esté dentro de esta misma minuta.

Es importante hidratarse, por lo tanto, ***enviar una botella con agua dentro de la mochila del o la estudiante.***

No se permite comida chatarra envasada ni salada o con exceso de crema y/o azúcar. Ver con atención la fecha de vencimiento de los alimentos envasados previamente.