

Curso 23-24

Centro:

Colegio Montpellier

# Menú

## DESAYUNOS SALUDABLES

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

Leche y cacao	Leche y cacao	Leche y cacao	Leche y cacao	Leche y cacao
Tostada con mermelada/ mantequilla	Cereales	Churros	Galletas	Tostada pan con ac. de oliva y tomate
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
MEDIA MAÑANA Manzana	MEDIA MAÑANA ½ Sándwich york	MEDIA MAÑANA zumo	MEDIA MAÑANA ½ Sándwich crema de cacao	MEDIA MAÑANA Plátano

Un DESAYUNO EQUILIBRADO debe cumplir la fórmula de lácteos (leche...), cereal (pan...) y fruta, aportando a los niños-as la energía indispensable para realizar las diferentes tareas escolares a la vez que adquieren HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE.

vida  
saludable