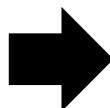


MINUTA SALUDABLE

Lunes y Martes	Jueves y viernes
Leche en caja o yogurt (descremado o semidescremado)	1 botella con agua o jugo en caja bajo en calorías.
1 barrita de cereal o medio sándwich	1 fruta picada, compota o frutos secos

- Las colaciones que se alejen de la minuta serán devueltas al hogar.
- Recuerden enviar la colación en bolsa marcada.
- Refuerce la autonomía de su hijo(a) para abrir su colación y botar sus desechos.

Cada día son más los escolares chilenos que presentan algún grado de sobrepeso.



AYÚDALOS CON UNA COLACIÓN SANA