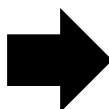


**MINUTA SALUDABLE**

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

- 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**