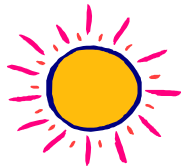



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Semana 1ª	<p><i>NOTA: El agua es la mejor bebida. Las comidas deben acompañarse siempre de agua.</i></p>			-Arroz con pollo y verduras -Fruta triturada	- Ternera con verduras -Yogur mi primer Danone
Semana 2ª	-Pavo con verduras -Yogur mi primer Danone	-Pollo con verduras -Fruta triturada	-Arroz con ternera y verduras -Yogur mi primer Danone	-Puchero vegetal -Fruta triturada	- Pavo con guisantes -Yogur mi primer Danone
Semana 3ª	-Pavo con verduras -Yogur mi primer Danone	-Arroz con pollo y verduras -Fruta triturada	-Ternera con guisantes -Yogur mi primer Danone	- Puchero vegetal -Fruta triturada	-Ternera con verduras -Yogur mi primer Danone
Semana 4ª	-Pollo con verduras -Yogur mi primer Danone	-Pavo con guisantes -Fruta triturada	-Ternera con verduras -Yogur mi primer Danone	-Arroz con pavo y verduras -Fruta triturada	-Puchero vegetal -Yogur mi primer Danone
Semana 5ª	-Pollo con verduras -Yogur mi primer Danone	-Pavo con verduras -Fruta triturada	-Ternera con guisantes y verduras -Yogur mi primer Danone	- Puchero vegetal -Fruta triturada	-Arroz con ternera y verduras -Yogur mi primer Danone

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hay que prestar mucha atención en los alimentos que se ofrecen a los niños, no dejando nunca atrás las frutas y verduras, cuanta mayor variedad de alimentos saludables existan en su dieta, mayor garantía de que sea equilibrada y contenga los nutrientes que necesitan. Ofrecerles sólo lo que les gusta más, es una mala práctica nutricional.
www.lacucharitacatering.es

Fdo.: Mari Luz Martínez Parralo. Licenciada en Farmacia. Experta Universitaria en Nutrición y dietética aplicada.