

### MINUTA DE COLACIÓN PRE-BÁSICA 2019

<b>LUNES</b>	<u>Colación mañana:</u> Pan pequeño al gusto del niño con un jugo. <u>Colación tarde:</u> Postres de leche: Flan, sémola con leche o yogurt con una caja de leche o jugo.
<b>MARTES</b>	<u>Colación mañana:</u> Pan pequeño al gusto del niño con un jugo. <u>Colación tarde:</u> Un jugo y fruta picada y pelada, en un envase con tapa y marcado con el nombre del alumno(a).
<b>MIERCOLES</b>	<u>Colación mañana:</u> Pan pequeño al gusto del niño con un jugo o un yogurt con cereales. <u>Colación tarde:</u> Un jugo y fruta picada y pelada.
<b>JUEVES</b>	<u>Colación mañana:</u> Pan pequeño al gusto del niño con un jugo. <u>Colación tarde:</u> Un jugo y fruta picada y pelada, en un envase con tapa y marcado con el nombre del alumno(a).
<b>VIERNES</b>	<u>Colación mañana:</u> Pan pequeño al gusto del niño con un jugo o un yogurt con cereales. <u>Colación mediodía:</u> Barra de cereal o frutos secos y una caja de leche

*Se sugiere jugos sin azúcar. Se ruega respetar esta minuta.*

### Sugerencias de almuerzos Pre-Básica 2019

<b>LUNES</b>	Agua saborizada - ensalada - pollo al jugo con puré o arroz
<b>MARTES</b>	Agua saborizada - ensalada – huevo revuelto o salsa boloñesa con fideos.
<b>MIERCOLES</b>	Agua saborizada – ensalada – pescado con puré mixto (zapallo)
<b>JUEVES</b>	Agua saborizada – ensalada – legumbres (lentejas, garbanzos, etc)
<b>VIERNES</b>	Agua saborizada – ensalada – filetillo de ave al jugo con papas naturales y verduras.

*El almuerzo de los niños y niñas es a las 11.30 hrs, enviar en un taper para microondas y utensilios. Se prohíben los embutidos (salchichas, hamburguesas) como también las bebidas gaseosas, evitar frituras.*