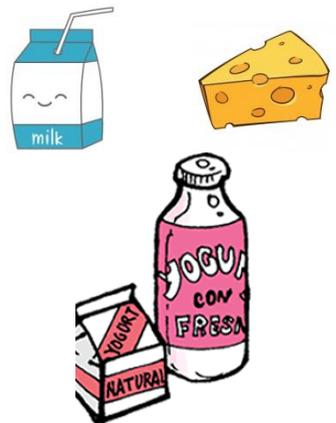
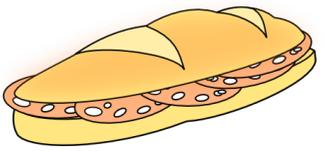


DESAYUNOS SALUDABLES

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>Lácteos</p> 	<p>Pieza de fruta</p> 	<p>Bocadillo</p> 	<p>Pieza de fruta</p> 	<p>Libre</p> 
<p>Ejemplo: Yogur líquido Quesitos Brik de leche</p>	<p>Ejemplo: Plátano, manzana, pera, uvas, zumo de naranja natural...</p>	<p>Ejemplo: Evitar el pan Bimbo. Embutido, queso...</p>	<p>Ejemplo: Plátano, manzana, pera, uvas, zumo de naranja natural...</p>	<p>Ejemplo: Dulces caseros (evitar la bollería industrial) fruta, bocadillo, batido o zumo</p>