

CALENDARIO BASE DE MERIENDAS AIÉRGICOS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>Batidos variados</p>  <p>Frutas variadas</p>  	<p>Zumos variados</p>  <p>Bocatas variados</p>  	<p>Batidos variados</p>  <p>Frutas variadas</p>  	<p>Lácteos</p>  <p>Vegetales/Tortas</p>  	<p>Zumos variados</p>  <p>Cereales</p>  

Ejemplos de cada tipo

BATIDOS VARIADOS	ZUMOS VARIADOS	LACTEOS	FRUTAS VARIADAS	BOCATAS	VEGETALES TORTAS	CEREALES
Chocolate Vainilla	Manzana Naranja	Leche brick Queso fresco Quesitos Yogur (no frío) Otros	Manzana Pera Uvas Naranja Mandarina	Jamón y Queso Pavo y rúcula Bonito	Tomate Zanahoria Tortitas de arroz, quinoa ...	Galletas Cereales