



SERVICIOS

ORGANIZACIÓN

MINUTA DE COLACIONES SALUDABLES

El objetivo de la planificación alimentaria es entregar a los niños de Sala Cuna y Jardín Infantil PALU , una alimentación capaz de satisfacer las necesidades alimentario nutricionales de niños sanos y normales. Considerando sus edades desde los 3 meses a los 6 años , según las recomendaciones de uso en Chile. A continuación una parte de la ingesta de alimentos en nuestros niños , como son las colaciones (mañana y tarde).

| LUNES | MARTES | MIERCOLES | JUEVES | VIERNES |
|-------------------|----------------------------------|---|--|--|
| Una fruta pequeña | Un yogurt u otro producto lácteo | ½ sándwich con palta , queso , jamón , tomate o lechuga | 1ª opción : Un envase individual de jugo de frutas , más cereal 2ª opción : Un envase individual de jugo de frutas y ½ huevo duro | 1ª opción : frutas surtidas (tutti fruti) 2ª opción : frutas secas , pasas , higos , maní , nueces o almendras (sin sal) |