



Unidad Educativa Bilingüe
INTERAMERICANO



Recomendación alimenticia Snacks (200 kcal)

- Pan integral con huevo revuelto.
- Guineo con mantequilla de maní.
- Granola o barra de granola + yogurt.
- Avena cocida o pancake de avena con miel
- Porción de pollo.
- Tostadas integrales con manjar y queso.
- Sánduche de atún (en agua).

