

CREA
TU

Almuerzo Escolar



1-2
PROTEÍNAS



1-2
GRANOS



1-2
FRUTAS



1-2
VERDURAS



1
LECHE



**SELECCIONA AL
MENOS 3 OPCIONES**



**1 OPCIÓN DEBE
SER UNA FRUTA
O VERDURA**



**¡EL RESTO
DEPENDE DE TI!**
(PERO PIDE AYUDA SI ES NECESARIO)