



COLEGIO NUESTRA SEÑORA DEL CAMINO
Excelencia académica y formativa



Colaciones Preescolar 2019

Estimados apoderados:

Con el objetivo de colaborar con una alimentación más sana y apoyarlos como padres en la incorporación de hábitos alimenticios saludables, adjuntamos una minuta diaria para la colación de sus hijos e hijas, que se iniciará a contar del **lunes 11 de marzo**, de manera que puedan programarse con anticipación.

Dentro de los alimentos sugeridos, ustedes podrán elegir de acuerdo a las preferencias, disponibilidad y necesidades de su hijo/a.

Solicitamos enviar los alimentos listos para consumir, bien presentados y en envases o bolsas herméticas, marcados visiblemente con el nombre y curso de su hijo/a.

Lunes	Sandwich, queque casero con jugo sin azúcar añadida o agua.
Martes	Postre de leche, queso cortado en cubos, leche en caja, quesillo, yogurt, huevo duro (pelado) con jugo sin azúcar añadida o agua.
Miércoles	Fruta o verduras frescas o deshidratadas con un jugo sin azúcar añadida o agua. La fruta debe venir lavada, cortada y pelada (lista para servir).
Jueves	Cereales o barras de cereales con jugo sin azúcar añadida o agua.
Viernes	Libre elección (Privilegiar cualquiera de las sugerencias anteriores) No enviar: papas fritas, suflitos, ramitas, dulces, bebidas gaseosas, refrescos en polvo, galletas con relleno o alimentos ricos en sal, azúcar o grasas. *Se solicita no enviar maní por el riesgo que implica para los niños/as.

Agradeciendo su colaboración, les saludan atentamente

Profesoras Jefes y ayudantes

Coordinadora Primer Ciclo