Nombre_____ Fecha ___/___/___ Hora_____

Desayuno	leche	carne	fruta	verd.	granos	grasa	
							Merienda
Almuerzo							
							Merienda
Cena							
							Merienda

Desayuno	leche	carne	fruta	verd.	granos	grasa	
							Merienda
Almuerzo							
							Merienda
Cena							
							Merienda

Desayuno	leche	carne	fruta	verd.	granos	grasa	
							Merienda
Almuerzo							
							Merienda
Cena							

Desayuno	leche	carne	fruta	verd.	granos	grasa	
							Merienda
Almuerzo							
							Merienda
Cena							