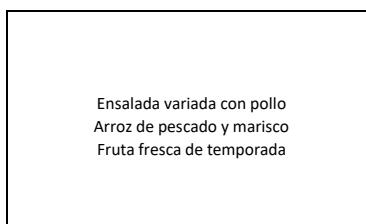
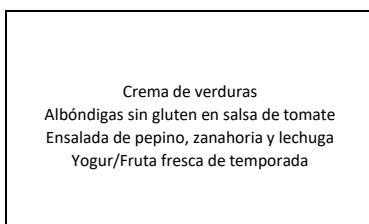
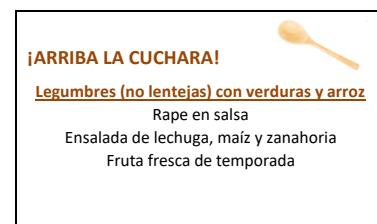
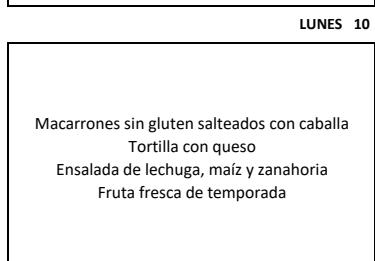
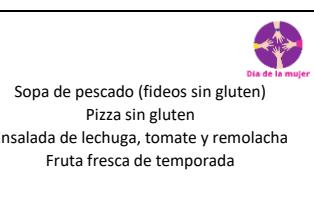
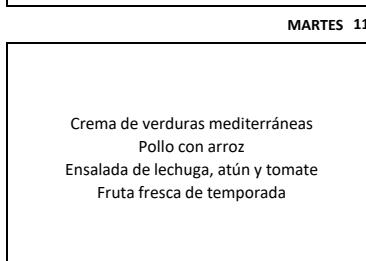
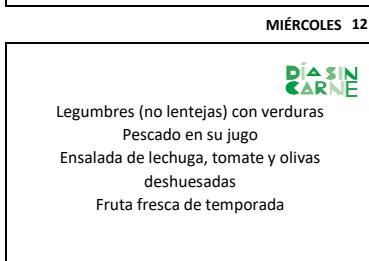
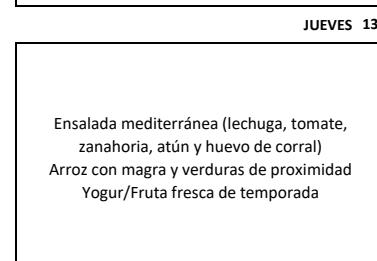
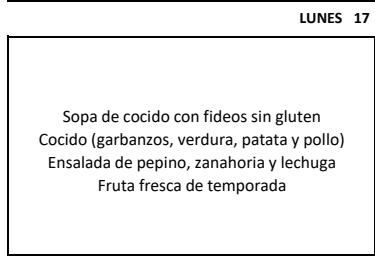
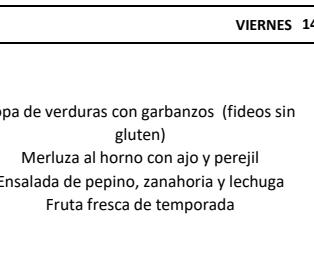
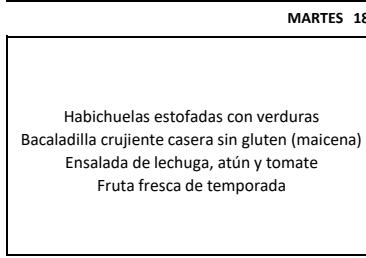
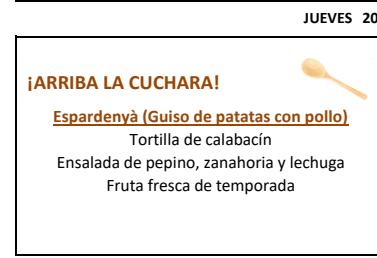
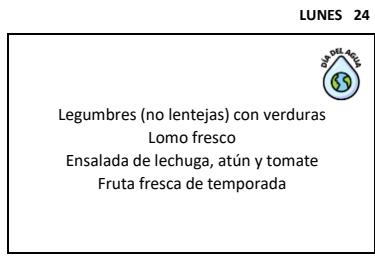
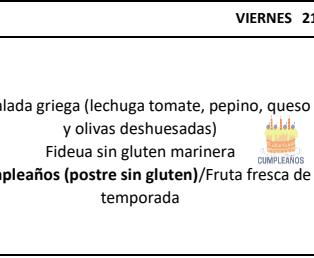
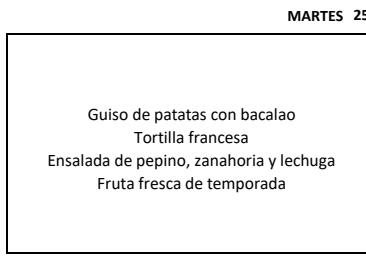
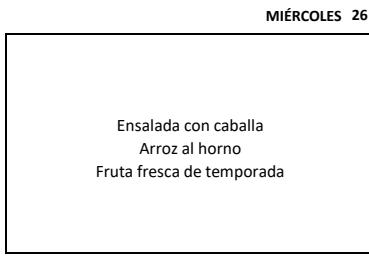
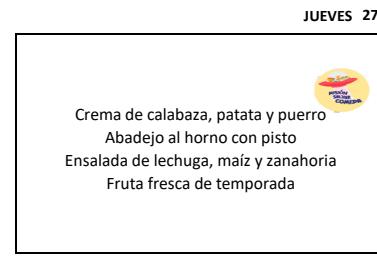
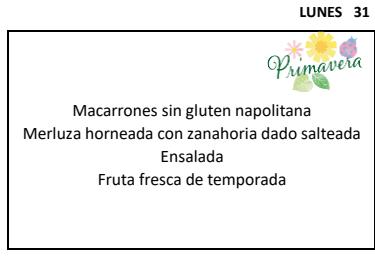
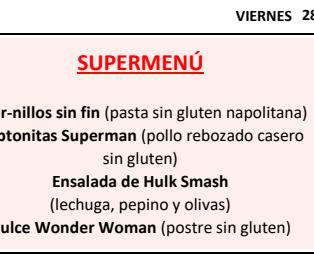
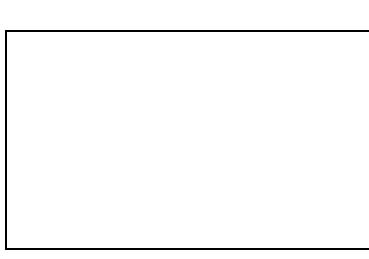



MARTES 4

MIÉRCOLES 5

JUEVES 6

VIERNES 7

MARTES 11

MIÉRCOLES 12

JUEVES 13

VIERNES 14

MARTES 18

MIÉRCOLES 19

JUEVES 20

VIERNES 21

MARTES 25

MIÉRCOLES 26

JUEVES 27

VIERNES 28

LUNES 31


CrEa tu Rutina Saludable En FamiliA

AENOR
PROTOCOLO
FRENTE AL COVID-19
SERUNION



INTENTA DORMIR LO
SUFICIENTE CADA NOCHE



MEJORA TU RITMO Y BAILA
TU MÚSICA FAVORITA



RECUERDA QUE LA
HIDRATACIÓN ES IMPORTANTE.



SIGUE CON UNA DIETA
SANA



CAMINA O VE EN
BICICLETA SIEMPRE QUE
TENGAS LA OPORTUNIDAD



SIEMPRE QUE PUEDES,
SUBE POR LAS ESCALERAS



HAZ ESTIRAMIENTOS
DIARIOS Y MEJORA TU
FLEXIBILIDAD



APROVECHA LAS FRUTAS Y
VERDURAS DE TEMPORADA



PRACTICA DEPORTE TODOS
LOS DÍAS

Nos mueve la ilusión de alimentar y educar a miles de niños y niñas en hábitos de alimentación saludable

RECOMENDADOR DE CENAS

PRIMEROS PLATOS

- Si en el cole he comido como primero... Para cenar puedo comer como primero...

SEGUNDOS PLATOS

- Si en el cole he comido como segundo... Para cenar puedo comer como segundo...

POSTRE

-

**SERVICIO DE ATENCIÓN
NUTRICIONAL PARA FAMILIAS**

damosrespuesta@damosrespuesta.com

Entidades colaboradoras:

-